

|                         |                       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 2     | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 4  | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 6                                                                                                 | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                       | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II ŚN | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | PD | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | PN                                                                                                | SUMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 2026-03-02 poniedziałek | GD- UCK Podstawowa    | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Frankfurterki 35 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                  |       | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemiaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |    | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>               | <p>Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 283,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7</p> <p>Tłuszcz [g] 91,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 284,7</p> <p>w tym cukry [g] 50,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,1</p> <p>Sód [mg] 4 775,6</p> |
|                         | GD- UCK Podstawowa I  | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Frankfurterki 35 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                  |       | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Cukinia faszerowana kurczakiem i warzywami + 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi b/c + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                                                     |    | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>               | <p>Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,6</p> <p>Tłuszcz [g] 100,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 241,1</p> <p>w tym cukry [g] 61</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26</p> <p>Sód [mg] 4 558,1</p>    |
|                         | GD- UCK Łatwo strawna | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                                   |       | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                         |    | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7</p> <p>Tłuszcz [g] 60,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 342,7</p> <p>w tym cukry [g] 107,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 20</p> <p>Sód [mg] 3 093,6</p>  |
|                         | GD- UCK Wegetariańska | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |       | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                         |    | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z pieczonych buraków dieta + 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                  | <p>Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 388,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,1</p> <p>Tłuszcz [g] 83,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 341,8</p> <p>w tym cukry [g] 105,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,8</p> <p>Sód [mg] 3 335</p>  |

2026-03-02 poniedziałek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Ryż na mleku 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                            | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Salata lodowa 10 g                                                         | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                           | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 435<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,8<br>Tłuszcz [g] 69,1<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 383,4 w tym cukry [g] 131,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,6<br>Sód [mg] 2 180    |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Salata lodowa 10 g                                                                                  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                         | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 507,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 18<br>Węglowodany ogółem [g] 405,4 w tym cukry [g] 144,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 2 249,7    |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU OW.</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                      | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Makaron 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             |                                                                                                                                                                                                      | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 391,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 74,8<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9<br>Węglowodany ogółem [g] 337,1 w tym cukry [g] 104<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,3<br>Sód [mg] 3 115,1 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b><u>MLE, GLU OW.</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Makaron 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b><u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> )<br>Salata lodowa 10 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9<br>Tłuszcz [g] 50,6<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4<br>Węglowodany ogółem [g] 391,3 w tym cukry [g] 134,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18<br>Sód [mg] 3 534,2 |

2026-03-02 poniedziałek

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Migdały płatki 10 g ( <u>ORZ.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos pieczeniowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                     | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 964,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,1<br>Tłuszcz [g] 81,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39<br>Węglowodany ogółem [g] 225,2<br>w tym cukry [g] 41,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,7<br>Sód [mg] 4 608,4   |
| GD-UCK Bezmleczna dziecięca              | Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                     | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parlo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                           | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 596,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,8<br>Tłuszcz [g] 66,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 435,5<br>w tym cukry [g] 146,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,7<br>Sód [mg] 2 826,7 |
| GD-UCK Łatwo strawna dziecięca           | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                          | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )                                                                                               | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 585,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,9<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 417,2<br>w tym cukry [g] 138,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 3 115,1   |
| GD-UCK Dzieci 1-3 lat                    | Płatki owsiane na mleku 100 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 100 ml                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem + 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                               | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml      | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 589,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,3<br>Tłuszcz [g] 39<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4<br>Węglowodany ogółem [g] 247,7<br>w tym cukry [g] 91<br>Błonnik pokarmowy [g] 12<br>Sód [mg] 1 630,6        |
| GD-UCK Dzieci 4-7 lat                    | Płatki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Frankfurterki 35 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masa serowa do makaronu + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                               | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml          | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 140,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,6<br>Tłuszcz [g] 68,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3<br>Węglowodany ogółem [g] 307,9<br>w tym cukry [g] 100,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 14<br>Sód [mg] 2 659,1   |

2026-03-02 poniedziałek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat                                | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Frankfurterki 35 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                    | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Baton zbożowy Ba1 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 846</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8</p> <p>Tłuszcz [g] 92,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 413,5</p> <p>w tym cukry [g] 132,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 21,9</p> <p>Sód [mg] 3 963</p>      |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Frankfurterki 35 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                 | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                    | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>     | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 880,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,1</p> <p>Tłuszcz [g] 94,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 402,3</p> <p>w tym cukry [g] 136,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,2</p> <p>Sód [mg] 4 672,2</p> |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | <p>Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatnią wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                    | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                                | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                      | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 615</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,2</p> <p>Tłuszcz [g] 70,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 423,5</p> <p>w tym cukry [g] 132,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 22,1</p> <p>Sód [mg] 3 529,2</p>      |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatnią wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                                                                                                  | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Schab gotowany 1 szt. 50 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g</p> <p>Dynia na parze + 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                             | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Seler gotowany + 1 szt. 50 g (<u>SEL.</u>)</p>                                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 1 szt. 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                              | <p>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt</p>                                                           | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 998,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,4</p> <p>Tłuszcz [g] 76,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 224,2</p> <p>w tym cukry [g] 51,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 32,5</p> <p>Sód [mg] 6 397,4</p>  |

2026-03-02 poniedziałek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bez insuliny         | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    |                                                                                                          | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                         | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 565,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3<br>Tłuszcz [g] 64,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7<br>Węglowodany ogółem [g] 172,5<br>w tym cukry [g] 25,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 5 324,7  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulną            | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    | Hummus + 100 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 100 g                                       | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek ziarnisty naturalny 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                         | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 919,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,4<br>Tłuszcz [g] 77,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7<br>Węglowodany ogółem [g] 217,3<br>w tym cukry [g] 46,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,2<br>Sód [mg] 5 845,8 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulną, z ogr. tł | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor b/skórki 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata lodowa 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 764,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114<br>Tłuszcz [g] 58,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5<br>Węglowodany ogółem [g] 214,2<br>w tym cukry [g] 37,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 5 862,8   |

2026-03-02 poniedziałek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g    | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Sałata lodowa 10 g | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 955<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 82,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4<br>Węglowodany ogółem [g] 215,9<br>w tym cukry [g] 37,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,3<br>Sód [mg] 4 475     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mł., b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                  | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g    | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta warzywna 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Sałata lodowa 10 g        | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3<br>Tłuszcz [g] 89,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 208,6<br>w tym cukry [g] 40,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 452,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Sałata lodowa 10 g    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                             | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 980,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,3<br>Tłuszcz [g] 84<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4<br>Węglowodany ogółem [g] 217,4<br>w tym cukry [g] 40,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 5 412,1   |

2026-03-02 poniedziałek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 50 g                           | Zupa pomidorowa z ryżem + mix 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Puree ziemniaczane + 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 100 g<br>Dyńia na parze + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab gotowany + rozdrobniony 50 g<br>Seler gotowany + puree 50 g ( <u>SEL.</u> )                                                        | Jarzynowa z makaronem dieta*mix 250 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 133,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,8<br>Tłuszcz [g] 83,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7<br>Węglowodany ogółem [g] 237,8<br>w tym cukry [g] 43,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 6 058,9 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 932,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,3<br>Tłuszcz [g] 72,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3<br>Węglowodany ogółem [g] 217,5<br>w tym cukry [g] 36,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 6 002,1   |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , lek kostrawna  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 903,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116<br>Tłuszcz [g] 71,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 216,9<br>w tym cukry [g] 36,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 5 918,1     |

2026-03-02 poniedziałek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> ,)<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z papryki, salaty i koperku z olejem 100 g                                                        | Jarzynowa z ryżem dieta* 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ,)<br>Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Filet z kurczaka gotowany 100 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                   | Serek ziarnisty naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                     | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> ,) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 818,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 70,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 203,7<br>w tym cukry [g] 42,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 916,7 |
| GD- UCK Płynna                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa płatk jaglane na mleku bułka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,)                                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jablkowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,) | Zupa pomidorowa z ryżem + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                        | Budyń o smaku waniliowym z/c 350 ml ( <u>MLE</u> ,)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                 | Jarzynowa z makaronem dieta* z mięsem dr. MIX 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                    | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 628,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137<br>Tłuszcz [g] 77,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 347,6<br>w tym cukry [g] 143<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,1<br>Sód [mg] 3 327,6  |
| GD- UCK Płynna bezmleczna         | Zupa płatk jaglane na nap. napoju bułka tł rośl jajka MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> ,)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jablkowy z chrupkami MIX 350 ml                               | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL</u> ,)<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                 | Budyń o smaku waniliowym na nap. sojowym z/c 350 ml ( <u>SOJ</u> ,)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem dieta* z mięsem dr. MIX 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ,)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                    | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 537,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,8<br>Tłuszcz [g] 79<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21<br>Węglowodany ogółem [g] 330,4<br>w tym cukry [g] 106,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1<br>Sód [mg] 2 773,3  |
| GD- UCK Papkowata                 | Płatki owsiane na mleku MIX 250 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Buraki gotowane słupki + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                         |                                                                                                           | Zupa pomidorowa z ryżem + mix 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Puree ziemniaczane + 200 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Dyńa na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |                                                                                                             | Jarzynowa z makaronem dieta*mix 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6<br>Tłuszcz [g] 77,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 289,8<br>w tym cukry [g] 61,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,1<br>Sód [mg] 4 795,3 |
| GD- UCK Bezmleczna                | Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ, GLU OW</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      |                                                                                                           | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> ,)<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml ( <u>SOJ</u> ,)<br>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                             | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,)<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,)<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                            | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 249,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,6<br>Tłuszcz [g] 63,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 361<br>w tym cukry [g] 116,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,7<br>Sód [mg] 2 805,2 |

2026-03-02 poniedziałek

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna     | <p>Platki owsiane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Pasta z kurczaka + 50 g</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Buraki gotowane súpki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                           |                                                                          | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   |                                                                                                                                                                                                           | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                       | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 270,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,7</p> <p>Tłuszcz [g] 63,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 367,5</p> <p>w tym cukry [g] 120,2</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 22,5</p> <p>Sód [mg] 2 939</p>   |
| GD- UCK Truskowa                   | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane súpki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                          |                                                                          | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                     |                                                                                                                                                                                                           | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                 | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 989,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2</p> <p>Tłuszcz [g] 31,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 343,7</p> <p>w tym cukry [g] 107,7</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 20</p> <p>Sód [mg] 3 032,7</p>   |
| GD- UCK Lekko strawna              | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane súpki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>      |                                                                          | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                     |                                                                                                                                                                                                           | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>           | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 217,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6</p> <p>Tłuszcz [g] 60,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 336,2</p> <p>w tym cukry [g] 104</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 17,3</p> <p>Sód [mg] 2 959,8</p>   |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal  | <p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane súpki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Śúpki papryki czerwonej + 50 g</p> <p>Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Salata lodowa 5 g</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>   | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 460,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,6</p> <p>Tłuszcz [g] 39,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 208,7</p> <p>w tym cukry [g] 31</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 26,2</p> <p>Sód [mg] 3 688,3</p>    |
| GD- UCK Wątrobowal Z ogr. tłuszczu | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane súpki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>      |                                                                          | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                     |                                                                                                                                                                                                           | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2</p> <p>Tłuszcz [g] 48,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 337,1</p> <p>w tym cukry [g] 103,8</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 17,3</p> <p>Sód [mg] 2 896,1</p> |

2026-03-02 poniedziałek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskosodowa              | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Słupki papryki czerwonej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                             | <p>Jarzynowa z ryżem dieta* 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>        |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab pieczony w plasterach w ziołach 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                              | <p>Baton zbożowy Ba1 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 183,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1</p> <p>Tłuszcz [g] 68,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 299,9</p> <p>w tym cukry [g] 78,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 17</p> <p>Sód [mg] 2 170,6</p>    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa           | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>   | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>    | <p>Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 644,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115</p> <p>Tłuszcz [g] 68,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 405,8</p> <p>w tym cukry [g] 135,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 18,4</p> <p>Sód [mg] 3 640,4</p>  |
| GD- UCK Bezmięsa lekkostrawna    | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z groszku zielonego + 50 g</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                |                                             | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>    |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 232,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,9</p> <p>Tłuszcz [g] 62,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 344,5</p> <p>w tym cukry [g] 105,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 19,9</p> <p>Sód [mg] 2 085,6</p> |
| GD- UCK Niskoreszkowa            | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                   |                                             | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Dynia na parze + 75 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>        |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                     | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106</p> <p>Tłuszcz [g] 58,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 253</p> <p>w tym cukry [g] 42,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 13,6</p> <p>Sód [mg] 3 578</p>       |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 70 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Schab gotowany + 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                 |                                             | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Dynia na parze + 75 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                          | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 869,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8</p> <p>Tłuszcz [g] 64,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 225,2</p> <p>w tym cukry [g] 32</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 12,3</p> <p>Sód [mg] 3 480</p>     |

2026-03-02 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogobiałkowa wysokokaloryczna      | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                       | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   | <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p> | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 644,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115</p> <p>Tłuszcz [g] 68,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 405,8</p> <p>w tym cukry [g] 135,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 18,4</p> <p>Sód [mg] 3 640,4</p> |
| GD- UCK Wysokolokaloryczna                 | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                       | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   | <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Salata lodowa 10 g</p> | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 644,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115</p> <p>Tłuszcz [g] 68,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 405,8</p> <p>w tym cukry [g] 135,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 18,4</p> <p>Sód [mg] 3 640,4</p> |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | <p>Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% ti 150g bez laktozy 1 szt (<u>MLE b/LAK.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                             | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 100 ml (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Mus z truskawek* (bez mleka) 100 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                      | <p>Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 181,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,2</p> <p>Tłuszcz [g] 62,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 340,9</p> <p>w tym cukry [g] 98,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 19,3</p> <p>Sód [mg] 2 655,5</p> |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Słupki papryki czerwonej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml</p>                                                                                                 |                                             | <p>Jarzynowa z ryżem dieta* 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mus truskawkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jabłko 1szt 1 szt</p>                                                                             |                                                                                                                                                                                                   | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab pieczony w plasterach w ziołach 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml</p>                                                                                              | <p>Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 971</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8</p> <p>Tłuszcz [g] 62,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 267,9</p> <p>w tym cukry [g] 59,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 15,7</p> <p>Sód [mg] 2 066,9</p>     |

|                         |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-02 poniedziałek | GD- UCK Bogatobolnikowa        | Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> )                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 77,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39<br>Węglowodany ogółem [g] 306,5<br>w tym cukry [g] 62,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,5<br>Sód [mg] 4 421,3 |
|                         | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 2 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Cukinia faszerowana kurczakiem i warzywami + 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z marchwi b/c + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 981,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7<br>Węglowodany ogółem [g] 260,4<br>w tym cukry [g] 47,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 4 129,5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 2026-03-03 wtorek       | GD- UCK Podstawowa             | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                          | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 988,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3<br>Tłuszcz [g] 71,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 261,7<br>w tym cukry [g] 77,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 4 938,6 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                         | GD- UCK Podstawowa I           | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron łazanki + 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Kapusta zasmażana z mięsem wieprzowym + 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                          | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91<br>Tłuszcz [g] 71,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br>Węglowodany ogółem [g] 271,8<br>w tym cukry [g] 76,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 675,8   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

2026-03-03 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                                                |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo strawna           | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dymia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                         | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   |                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szyńka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,5<br>Tłuszcz [g] 75,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1<br>Węglowodany ogółem [g] 312,2<br>w tym cukry [g] 92,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 4 663,5 |
| GD- UCK Wegetariańska           | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                      |                         | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL</u> )<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Parówki sojowe 100 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, SOZ</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 040,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1<br>Tłuszcz [g] 85,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 251,4<br>w tym cukry [g] 85,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 4 741,9  |
| GD- UCK Bezglutenowa            | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                        | Pomarańcza 1 szt. 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                        | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g | Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,6<br>Tłuszcz [g] 70<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 311,1<br>w tym cukry [g] 102,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 3 209,1     |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szyńkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                 | Pomarańcza 1 szt. 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                   | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 172,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,1<br>Tłuszcz [g] 80,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 290,2<br>w tym cukry [g] 77,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 3 143,6  |

2026-03-03 wtorek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                         | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     |                                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Szyńka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 82<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2<br>Węglowodany ogółem [g] 275,5<br>w tym cukry [g] 83,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 898,3     |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Dymia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml      | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> )<br>Salata zielona 10 g             | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Galaretko o smaku truskawkowym 200 g                                                    | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szyńka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 401,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,6<br>Tłuszcz [g] 64,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8<br>Węglowodany ogółem [g] 359,9<br>w tym cukry [g] 95,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 5 156,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. dziecięca               | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</b> )<br>Brokuł gotowany + 50 g | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ</b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szyńka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 062,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 92,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 226,9<br>w tym cukry [g] 46,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,8<br>Sód [mg] 5 899,3 |

2026-03-03 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                           |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmielczna dziecięca   | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                         | Pomarańcza 1 szt. 1 szt   | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g                                                      | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 392,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 79,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7<br>Węglowodany ogółem [g] 328,5<br>w tym cukry [g] 93,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 005    |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chrupki kukurydziane 20 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g                                                      | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 314,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2<br>Tłuszcz [g] 73,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 331,1<br>w tym cukry [g] 84,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 4 321,6  |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                 | Pomarańcza 1 szt. 1 szt   | Barszcz czerwony z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 100 g<br>Brokuł gotowany + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Ciasto marchewkowe z polewą z białej czekolady + 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. ORZ.</u> )  | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                           | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 460,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,3<br>Tłuszcz [g] 53,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18<br>Węglowodany ogółem [g] 197,5<br>w tym cukry [g] 85,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,2<br>Sód [mg] 1 654,9     |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     | Pomarańcza 1 szt. 1 szt   | Barszcz czerwony z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ciasto marchewkowe z polewą z białej czekolady + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. ORZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 281,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7<br>Tłuszcz [g] 100,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3<br>Węglowodany ogółem [g] 261,9<br>w tym cukry [g] 98,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 223,2 |

|                   |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-03 wtorek | GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                    | Pomarańcza 1 szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ciasto marchewkowe z polewą z białej czekolady + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ORZ</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 635,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 111,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3<br>Węglowodany ogółem [g] 324,8<br>w tym cukry [g] 108,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,2<br>Sód [mg] 5 007,4 |
|                   | GD- UCK Neuropeniczna odżywcza  | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Seler gotowany + 1 szt. 50 g ( <u>SEL</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 1 szt. 200 g ( <u>MLE</u> )                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 669,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8<br>Tłuszcz [g] 97,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9<br>Węglowodany ogółem [g] 365,9<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 5 604,4 |
|                   | GD- UCK Neuropeniczna bez mleka | Płatki jaglane błyskawiczne na nap. sojowym 250 g ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    | Galaretka o smaku truskawkowym 1szt. 200 g                                               | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                          | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,3<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 334<br>w tym cukry [g] 74<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 4 725,2     |

2026-03-03 wtorek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 161,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5<br>Tłuszcz [g] 96,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8<br>Węglowodany ogółem [g] 239,8<br>w tym cukry [g] 49,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,9<br>Sód [mg] 6 350,3 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. bez insuliny        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                      | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 723,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,8<br>Tłuszcz [g] 72,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 197,8<br>w tym cukry [g] 41,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 4 990,4  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulina          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                                                                                              | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tłuszcz [g] 92,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 232,5<br>w tym cukry [g] 48,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,7<br>Sód [mg] 5 557,6 |

2026-03-03 wtorek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z ogr. tł      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR<sub>1</sub></b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE<sub>1</sub></b> )<br>Dymia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02<sub>1</sub></b> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ<sub>1</sub></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ<sub>1</sub></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Salata zielona 10 g              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>1</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ<sub>1</sub></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Pomidor b/skórki 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 826,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2<br>Tłuszcz [g] 61,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 237,7<br>w tym cukry [g] 51,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33<br>Sód [mg] 5 004,8   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE<sub>1</sub></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                               | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 100 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> )                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL<sub>1</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Salata zielona 10 g       | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE<sub>1</sub></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 889,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6<br>Tłuszcz [g] 75,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 213,4<br>w tym cukry [g] 43,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 018,5 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b.mł., b.glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ<sub>1</sub></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 100 g ( <b>SOJ<sub>1</sub></b> )                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL<sub>1</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <b>SEL<sub>1</sub></b> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>1</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                    | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 990,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 89,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 208,2<br>w tym cukry [g] 45,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,9<br>Sód [mg] 4 198,9   |

2026-03-03 wtorek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 100 g ( <u>SOJ.</u> )                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 048,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8<br>Tłuszcz [g] 86,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 224,7<br>w tym cukry [g] 45,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 5 264,5   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                              | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>pasta - Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt        | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g<br>Brokuł gotowany + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g ( <u>SEL.</u> )                                 | Selerowa z makaronem * mix 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 320<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,7<br>Tłuszcz [g] 92,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 259,5<br>w tym cukry [g] 52,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 6 214,9   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Jabłko 1 szt 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 033,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8<br>Tłuszcz [g] 79,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 236,2<br>w tym cukry [g] 50,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,5<br>Sód [mg] 5 008,8 |

2026-03-03 wtorek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. lekkostrawna | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Biszkopty b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 193,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,2<br>Tłuszcz [g] 77,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3<br>Węglowodany ogółem [g] 284,5<br>w tym cukry [g] 48,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,6<br>Sód [mg] 4 906,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. nerkowa      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                              | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                                                                                                                  | Selerowa z makaronem * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Seler gotowany + 130 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml            | Jabłko 1 szt 1 szt                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 963,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,4<br>Tłuszcz [g] 79<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3<br>Węglowodany ogółem [g] 230,3<br>w tym cukry [g] 36,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,4<br>Sód [mg] 4 022,8   |
| GD- UCK Płynna                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż bułka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                                                                                                                    | Barszcz czerwony z ziemniakami + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                        | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )                                          | Selerowa z makaronem * z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 645,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,2<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 365,7<br>w tym cukry [g] 150,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,4<br>Sód [mg] 4 136,1  |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż na nap. sojowym bułka tł rośl jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                                                                                                                    | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku sojowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )                                      | Selerowa z makaronem (bez mleka) *(i) z mięsem dr. MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 428,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,1<br>Tłuszcz [g] 78,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21<br>Węglowodany ogółem [g] 329,1<br>w tym cukry [g] 112,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 2 878,7  |

2026-03-03 wtorek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                          |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g<br>Brokuł gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Selerowa z makaronem * mix 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 075,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7<br>Tłuszcz [g] 70,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 277,3<br>w tym cukry [g] 85,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 4 413,8  |
| GD- UCK Bezmleczna             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                               |  | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 79,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6<br>Węglowodany ogółem [g] 271,2<br>w tym cukry [g] 71,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,1<br>Sód [mg] 3 984,2 |
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dymia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                               |  | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                  | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 191,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 277,9<br>w tym cukry [g] 73,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 4 502   |
| GD- UCK Tłuszkowa              | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dymia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                       |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                               | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 770,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,5<br>Tłuszcz [g] 38,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6<br>Węglowodany ogółem [g] 281,8<br>w tym cukry [g] 85,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 4 469,5  |
| GD- UCK Lekko strawna          | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8<br>Tłuszcz [g] 67,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1<br>Węglowodany ogółem [g] 273,6<br>w tym cukry [g] 81,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 745,7   |

2026-03-03 wtorek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g      | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 715,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6<br>Tłuszcz [g] 61,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7<br>Węglowodany ogółem [g] 231,1<br>w tym cukry [g] 79,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,3<br>Sód [mg] 4 986,1  |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dyńa na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |                                                                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml      | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 113,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,5<br>Tłuszcz [g] 60,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 313,1<br>w tym cukry [g] 93,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 4 675,1   |
| GD- UCK Niskosodowa               | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                |                                                                                                                                                                                                              | Selerowa z makaronem * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          |                                                                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                            | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 189,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8<br>Tłuszcz [g] 69,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 308,7<br>w tym cukry [g] 70,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 2 804,7 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                    | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g                                                                                                  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Mus- przecier owocowy<br>jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 329,4<br>w tym cukry [g] 85,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 4 380,6     |

2026-03-03 wtorek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Beźmięśna lekkoślawna           | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                |                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 856,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,1<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8<br>Węglowodany ogółem [g] 272,6<br>w tym cukry [g] 81,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,1<br>Sód [mg] 2 422,5  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa                  | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                             |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                       | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3<br>Tłuszcz [g] 70,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 259,4<br>w tym cukry [g] 75,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,6<br>Sód [mg] 4 040,3 |
| GD- UCK Niskoreszkłowa beźmięśna        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Marchew talarki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 123,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,5<br>Tłuszcz [g] 82,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 254,7<br>w tym cukry [g] 62,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,8<br>Sód [mg] 4 005,5   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 329,4<br>w tym cukry [g] 85,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 4 380,6     |

2026-03-03 wtorek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                    | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                          | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 329,4 w tym cukry [g] 85,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 4 380,6   |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twaróg półtusty b/laktozy 50 g ( <u>MLE b/LAK</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 021,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98<br>Tłuszcz [g] 71,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 263,2 w tym cukry [g] 57,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,5<br>Sód [mg] 3 826,7  |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                |                                                                                                                                                                                                              | Selerowa z makaronem * 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Brokuł gotowany + 150 g                                                                           |                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                             | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 123<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7<br>Tłuszcz [g] 69,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 293,7 w tym cukry [g] 61,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 2 727,5 |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                    |                                                                                                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml               | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 113,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 75<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30<br>Węglowodany ogółem [g] 304,1 w tym cukry [g] 83,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,6<br>Sód [mg] 5 625,6    |

|                  |                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------|----------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-04 środa | GD- UCK Podstawowa I | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Barszcz ukraiński z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                            |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Makaron łazanki + 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Kapusta zasmażana z mięsem wieprzowym + 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 160,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,2<br>Tłuszcz [g] 78,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 284,5<br>w tym cukry [g] 38,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7<br>Sód [mg] 4 336,2 |
|                  |                      |                                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatą wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,9<br>Tłuszcz [g] 80,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1<br>Węglowodany ogółem [g] 286,7<br>w tym cukry [g] 61,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 35<br>Sód [mg] 5 715,1   |
|                  |                      |                                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 140 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatą wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 363,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,2<br>Tłuszcz [g] 94,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5<br>Węglowodany ogółem [g] 280,9<br>w tym cukry [g] 54<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7<br>Sód [mg] 5 203,7  |
|                  |                      |                                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> )                                                                                        | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatą wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 099,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br>Tłuszcz [g] 69,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 284,4<br>w tym cukry [g] 72<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 4 805    |

2026-03-04 środa

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Vegetariańska                                     | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |                                      | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  |                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. GLU JECZ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 611,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7<br>Tłuszcz [g] 102,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6<br>Węglowodany ogółem [g] 351,1<br>w tym cukry [g] 90,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,3<br>Sód [mg] 4 072,1 |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                                 | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                             | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 345,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,3<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3<br>Węglowodany ogółem [g] 317,3<br>w tym cukry [g] 91,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,1<br>Sód [mg] 3 715,8  |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                            | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                  | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 375,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3<br>Tłuszcz [g] 86,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 317,5<br>w tym cukry [g] 109,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 4 023   |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                               |                                      | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             |                           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                    | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 428,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9<br>Tłuszcz [g] 89,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7<br>Węglowodany ogółem [g] 301<br>w tym cukry [g] 71,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 4 640,1   |

2026-03-04 środa

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Pasta z bialek/p 60 g ( <u>JAJ.</u> )                | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                             | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 563,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,1<br>Tłuszcz [g] 83,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9<br>Węglowodany ogółem [g] 346,5<br>w tym cukry [g] 85,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 5 056,5 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przywęgl. dziecięca       | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 021,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2<br>Tłuszcz [g] 92,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5<br>Węglowodany ogółem [g] 217,4<br>w tym cukry [g] 45,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 6 235,5 |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca                   | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                      | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                             | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka owocowa + 100 g                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 358,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,7<br>Tłuszcz [g] 75,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 318,8<br>w tym cukry [g] 66<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,8<br>Sód [mg] 4 733,5   |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )               | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                             | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                    | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 322,1<br>w tym cukry [g] 72<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 807,4   |

2026-03-04 środa

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Zacierka na mleku 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                            | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 0,5 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka owocowa + 100 g                              | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                    | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 253,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 53,8<br>Tłuszcz [g] 38,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 173,2<br>w tym cukry [g] 37,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 1 906,1  |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                            | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                              | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   | Salatka owocowa + 100 g                              | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml        | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 991,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,1<br>Tłuszcz [g] 65,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 266,6<br>w tym cukry [g] 70,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,8<br>Sód [mg] 4 305,7  |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                              | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   | Salatka owocowa + 100 g                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 364,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6<br>Tłuszcz [g] 81,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3<br>Węglowodany ogółem [g] 318,4<br>w tym cukry [g] 73,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,9<br>Sód [mg] 5 720,9  |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Salatka owocowa + 100 g<br>Chrupki kukurydziane 20 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 1 szt. 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 614,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,8<br>Tłuszcz [g] 90,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,3<br>Węglowodany ogółem [g] 349,2<br>w tym cukry [g] 83,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 41,9<br>Sód [mg] 5 132,4 |

2026-03-04 środa

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                        | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                    | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g          | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Biszkopty b/ml 1 szt. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                            | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,9<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7<br>Węglowodany ogółem [g] 334,5<br>w tym cukry [g] 62,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 5 443,7 |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany plastry 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                   | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 991,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,5<br>Tłuszcz [g] 79,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 224,2<br>w tym cukry [g] 46,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,5<br>Sód [mg] 6 675,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bez insuliny           | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |                                                                                                                                               | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                                                                                                                                                | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 668<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83<br>Tłuszcz [g] 77,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 178<br>w tym cukry [g] 41,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 5 540,2        |

2026-03-04 środa

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. z insul. i   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) | Surówka Coleslaw + 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR, S02</b> )                                                                            | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Serek śmietankowy naturalny 100 g<br>Kiwi 1 szt 1 szt                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 124</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 112,3</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 207,1</b><br><b>w tym cukry [g] 61,4</b><br><b>Łonnik pokarmowy [g] 30,7</b><br><b>Sód [mg] 6 221,1</b>    |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. z insul. i   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Pasta z białek/p 50 g ( <b>JAJ</b> )          | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g        | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g<br>Dydia na parze + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt      | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 939,6</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 77,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 221</b><br><b>w tym cukry [g] 52</b><br><b>Łonnik pokarmowy [g] 23,2</b><br><b>Sód [mg] 6 162</b>        |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. bezglutenowa | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Brokuł gotowany + 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )             | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <b>JAJ</b> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g<br>Kiwi 1 szt 1 szt                                                            | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml         | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 168,9</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 105,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 211,7</b><br><b>w tym cukry [g] 60,4</b><br><b>Łonnik pokarmowy [g] 27,7</b><br><b>Sód [mg] 4 513,6</b> |

|                  |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-04 środa | GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. b/ml, b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Brokul gotowany + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g<br>Salata zielona 10 g                  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt     | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                   | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 91,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 205,9<br>w tym cukry [g] 48,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 4 402,4 |
|                  | GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. b/mlczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Brokul gotowany + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka gotowany plastry 50 g<br>Salata zielona 10 g               | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,6<br>Tłuszcz [g] 85,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 222,1<br>w tym cukry [g] 52,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 5 653,9 |
|                  | GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. papkowata     | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <u>SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokul gotowany + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zrazik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dynia na parze + puree 50 g | Marchewkowa z ziemniakami* MIX 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>pasta - Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 041,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 83,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7<br>Węglowodany ogółem [g] 238,5<br>w tym cukry [g] 55<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9<br>Sód [mg] 4 986,3   |

2026-03-04 środa

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. bogatobiałkowa | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokul gotowany + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 266,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,4<br>Tłuszcz [g] 106<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3<br>Węglowodany ogółem [g] 223<br>w tym cukry [g] 62,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 5 693,7     |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. lekkostrawna   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokul gotowany + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 176,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 101,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4<br>Węglowodany ogółem [g] 221,5<br>w tym cukry [g] 60,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 5 517,3 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa        | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                            | Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</u> )                                                                                | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                   | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka 50 g<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                               | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 345,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,9<br>Tłuszcz [g] 113,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4<br>Węglowodany ogółem [g] 242,3<br>w tym cukry [g] 72,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 5 232,5 |
| GD- UCK Płynna                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                          | Zupa koperkowa z ziemniakami + z mięsem wp. mix 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym b/c MIX 350 ml ( <u>MLE.</u> ) | Marchewkowa z ziemniakami* z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 606,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,3<br>Tłuszcz [g] 84,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4<br>Węglowodany ogółem [g] 340,7<br>w tym cukry [g] 137,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,6<br>Sód [mg] 4 786,5 |

2026-03-04 środa

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Płynna bezmleczna      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z chrupkami MIX 350 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wp. mix 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym b/c na nap.sojowym MIX 350 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Marchewkowa z ziemniakami* z mięsem dr. MIX (bez mleka) 500 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Mus- przecier owocowy<br>jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 557,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,2<br>Tłuszcz [g] 83,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 337,6<br>w tym cukry [g] 102,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 4 266,3 |
| GD- UCK Papłkowata             | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <u>SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zrazik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                  | Marchewkowa z ziemniakami* MIX 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jablko pieczone 1szt. puree 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,6<br>Tłuszcz [g] 66,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 295,9<br>w tym cukry [g] 73,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 4 320,7   |
| GD- UCK Bezmleczna             | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                             |                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 |                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                          | Jablko 1 szt 1 szt                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2<br>Tłuszcz [g] 81,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 283<br>w tym cukry [g] 68,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 4 861,9    |
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany plastry 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                       |                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                    |                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                  | Jablko pieczone 1szt. 1 szt                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 173,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 76,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 278<br>w tym cukry [g] 59,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 5 089,4    |
| GD- UCK Tzusiłkowa             | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Pasta z bialek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )                                                                                                  |                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                           |                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                     | Jablko pieczone 1szt. 1 szt                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 854,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8<br>Tłuszcz [g] 42,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9<br>Węglowodany ogółem [g] 285,7<br>w tym cukry [g] 73<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 4 845,3     |

2026-03-04 środa

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekko strawna              | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )        |                                                         | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwinii b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         |                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 311,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8<br>Tłuszcz [g] 79,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4<br>Węglowodany ogółem [g] 299,8<br>w tym cukry [g] 70,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 4 574,5 |
| GD- UCK Posilek profilaktyczny     | Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                         | Zupa ogórkowa z ziemniakami + 300 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 150 g<br>Surówka z selera i brzoskwinii b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 140 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SOZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 037,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,2<br>Tłuszcz [g] 89,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 233,9<br>w tym cukry [g] 54,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,1<br>Sód [mg] 4 908,1  |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal  | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                  | Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SOZ.</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwinii b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                            | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 744,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,7<br>Tłuszcz [g] 74,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2<br>Węglowodany ogółem [g] 217,1<br>w tym cukry [g] 59,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31<br>Sód [mg] 4 561,4    |
| GD- UCK Wątróbował z ogr. tłuszczu | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )   |                                                         | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwinii b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         |                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 083,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2<br>Węglowodany ogółem [g] 290,6<br>w tym cukry [g] 81,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 4 619,1  |
| GD- UCK Niskosodowa                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) |                                                         | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                       |                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka 50 g<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                             | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 647<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 99,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5<br>Węglowodany ogółem [g] 342,1<br>w tym cukry [g] 89,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 3 152,4   |

2026-03-04 środa

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 748,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,4<br>Tłuszcz [g] 97,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4<br>Węglowodany ogółem [g] 345,2<br>w tym cukry [g] 81,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 5 338,1 |
| GD- UCK Bezmięsna lekkoślawna     | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                 |                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                 |                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 349,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,4<br>Tłuszcz [g] 87,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6<br>Węglowodany ogółem [g] 326,9<br>w tym cukry [g] 89,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,1<br>Sód [mg] 2 835,6  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa            | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                          |                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 75 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                         | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 904<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,4<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 236,8<br>w tym cukry [g] 51,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,1<br>Sód [mg] 4 044,4      |
| GD- UCK Niskoreszkłowa bezmleczna | Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                                                                                                |                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 75 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                        | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 903,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 69,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5<br>Węglowodany ogółem [g] 228,8<br>w tym cukry [g] 44<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,3<br>Sód [mg] 4 298,9   |

2026-03-04 środa

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogato białkowa wysokokaloryczna   | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 748,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,4<br>Tłuszcz [g] 97,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4<br>Węglowodany ogółem [g] 345,2<br>w tym cukry [g] 81,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 5 338,1 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 748,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,4<br>Tłuszcz [g] 97,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4<br>Węglowodany ogółem [g] 345,2<br>w tym cukry [g] 81,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 5 338,1 |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                  |                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 249,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 283,4<br>w tym cukry [g] 68,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 4 734,7 |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                               |                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 1 szt 1 szt                                                                                      |                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka 50 g<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                          | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ. może zawierać: OZI. MLE. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 367,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,7<br>Tłuszcz [g] 93,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6<br>Węglowodany ogółem [g] 296,8<br>w tym cukry [g] 68,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,1<br>Sód [mg] 2 768,4  |

|                     |                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-04 środa    | GD- UCK Bogatobłoniłkowa | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i brzoskwini b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 161,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br>Węglowodany ogółem [g] 286,7<br>w tym cukry [g] 71,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,4<br>Sód [mg] 5 847,3  |
|                     | GD- UCK Podstawowa       | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g ( <u>GLU PSZ. RYB. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )        | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 073,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1<br>Tłuszcz [g] 75,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 258,9<br>w tym cukry [g] 78,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,3<br>Sód [mg] 5 499,1 |
|                     | GD- UCK Podstawowa I     | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g ( <u>GLU PSZ. RYB. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )        | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 920,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90<br>Tłuszcz [g] 63,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8<br>Węglowodany ogółem [g] 262,9<br>w tym cukry [g] 72,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4<br>Sód [mg] 5 386,5    |
|                     | GD- UCK Łatwo strawna    | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 962<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,6<br>Tłuszcz [g] 61,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 268,6<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 4 428        |
| 2026-03-05 czwartek | GD- UCK Wegetariańska    | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ. GOR.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                   | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Placki ziemniaczane 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                  | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 296,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,1<br>Tłuszcz [g] 109,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 282,3<br>w tym cukry [g] 85,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 3 544,8   |

2026-03-05 czwartek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE.</u></b> )                                                                                 | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Dynia na parze + 50 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g                                  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 323,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,1<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 306,9<br>w tym cukry [g] 78,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 3 728,8 |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastyr + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                     | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Dynia na parze + 50 g                 | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g                                  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 296,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101<br>Tłuszcz [g] 79,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 309,8<br>w tym cukry [g] 83<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4<br>Sód [mg] 3 631,3     |
| GD- UCK Lekkostrawna kobieł ciężarnych i matek karmiących | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE.</u></b> ) |                                                                                                                                                                 | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 239,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,1<br>Tłuszcz [g] 81,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6<br>Węglowodany ogółem [g] 273,9<br>w tym cukry [g] 79,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 816,8 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g                    | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <b><u>MLE.</u></b> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 262,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,1<br>Tłuszcz [g] 59,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 324,9<br>w tym cukry [g] 77,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 4 878,3 |

2026-03-05 czwartek

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <b>JAJ, MLE<sub>a</sub></b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Słupki papryki czerwonej + 50 g | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL<sub>a</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Sałata zielona 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ<sub>a</sub></b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 130 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 065,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,8<br>Tłuszcz [g] 92,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 211<br>w tym cukry [g] 33,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,7<br>Sód [mg] 6 142,6   |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca              | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ<sub>a</sub></b> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                   | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                     | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL<sub>a</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                    | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ<sub>a</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ<sub>a</sub></b> )<br>Dżem 50 g<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 255,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 65<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 330,5<br>w tym cukry [g] 112,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 4 508,6  |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca           | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ<sub>a</sub></b> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )        | Jogurt kremowy Fastasia 1 szt ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )                                                                                                                      | Zupa ryżowa + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL<sub>a</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ<sub>a</sub></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL<sub>a</sub></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 394,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,3<br>Tłuszcz [g] 72<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6<br>Węglowodany ogółem [g] 343<br>w tym cukry [g] 133<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 4 507,5        |
| GD- UCK Dzieci +3 lat                     | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 30 g ( <b>JAJ, MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )                                                                              | Jogurt kremowy Fastasia 1 szt ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )                                                                                                                      | Zupa ryżowa + 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL<sub>a</sub></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Kalańior gotowany + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ<sub>a</sub></b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ<sub>a</sub></b> )<br>Twarożek + 30 g ( <b>MLE<sub>a</sub></b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml              | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 532,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,6<br>Tłuszcz [g] 37,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 241,1<br>w tym cukry [g] 110,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,3<br>Sód [mg] 2 375,9 |

2026-03-05 czwartek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 20 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Jogurt kremowy Fastasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Banan 1szt. 1 szt                           | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml  | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 956,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,7<br>Tłuszcz [g] 64,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 278<br>w tym cukry [g] 118,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 3 832,1      |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Jogurt kremowy Fastasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt            | Banan 1szt. 1 szt                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 421,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6<br>Węglowodany ogółem [g] 327,5<br>w tym cukry [g] 129,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 5 333,9 |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                   | Jogurt kremowy Fastasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                      | Galaretka o smaku truskawkowym 1 szt. 200 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 314,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6<br>Tłuszcz [g] 76,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8<br>Węglowodany ogółem [g] 312,7<br>w tym cukry [g] 93,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 5 113,3  |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   | Chrupki kukurydziane 30 g                     | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                            | Galaretka o smaku truskawkowym 200 g        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 290,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7<br>Tłuszcz [g] 67,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 334,4<br>w tym cukry [g] 85,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 31<br>Sód [mg] 4 854,7    |

2026-03-05 czwartek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Dyńa na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jabiko pieczone 1szt. 1 szt | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 067,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,2<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 244,1<br>w tym cukry [g] 48,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,1<br>Sód [mg] 6 650,8 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. bez insuliny        | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g ( <u>GLUPSZ, RYB, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                          | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                    | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 649,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3<br>Tłuszcz [g] 71,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 180,1<br>w tym cukry [g] 31,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 5 300,6  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulina          | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z tuńczykiem i natką pietruszki + 50 g ( <u>GLUPSZ, RYB, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>ORZ.</u> )<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                      | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Słupki papryki czerwonej + 150 g                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLUPSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                    | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 929,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,3<br>Tłuszcz [g] 88,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6<br>Węglowodany ogółem [g] 202,8<br>w tym cukry [g] 40<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,9<br>Sód [mg] 5 374,4   |

|                     |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-05 czwartek | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insul. z ogr. tł.<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insul. z ogr. tł. | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g                                                   | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 787,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,9<br>Tłuszcz [g] 53,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4<br>Węglowodany ogółem [g] 227,7<br>w tym cukry [g] 39,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 33<br>Sód [mg] 5 895,6   |
|                     | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa               | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g                                           | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g      | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                 | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 819,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,2<br>Tłuszcz [g] 70,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 194,2<br>w tym cukry [g] 33,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 4 563,8 |
|                     | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml. b/glut.<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml. b/glut.             | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                           | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g      | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml            | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 857,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 79,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 190,6<br>w tym cukry [g] 28,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 5 098,7 |

2026-03-05 czwartek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 880<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 211,3<br>w tym cukry [g] 28,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 6 417,2   |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, papkowata      | Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g    | Zupa ryżowa + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + rozdrobniona 100 g<br>Kalańior gotowany + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 50 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,1<br>Tłuszcz [g] 67,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 234,1<br>w tym cukry [g] 38,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,4<br>Sód [mg] 5 862,8 |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, bogatobiałkowa | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g                                            | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                              | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 996,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3<br>Węglowodany ogółem [g] 238,3<br>w tym cukry [g] 34,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 6 166,1 |

2026-03-05 czwartek

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. lek.kostrawna | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 944,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125<br>Tłuszcz [g] 63,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 236,3<br>w tym cukry [g] 33,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 6 130,9    |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa       | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 120 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                            | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Kalańior gotowany* 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb pszenno-żytni bez soli 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt  | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 950,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30<br>Węglowodany ogółem [g] 233,1<br>w tym cukry [g] 46,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,2<br>Sód [mg] 3 224,6      |
| GD- UCK Płynna                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )                                                                                                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )                                            | Zupa ryżowa + z mięsem wp. mix 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )                                   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Barszcz czerwony z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )                                                                                                                                                                                            | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 890,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 145,6<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4<br>Węglowodany ogółem [g] 387,5<br>w tym cukry [g] 166<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2<br>Sód [mg] 4 228,4   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron na napoju sojowym, bulka, tłuszcz roślinny, jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> )                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> )                                                  | Zupa ryżowa (bez mleka) + z mięsem wp. mix 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku sojowym mix 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )                                                                                                                                                                           | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 846,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,7<br>Tłuszcz [g] 89,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 383,7<br>w tym cukry [g] 130,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 726,3 |

2026-03-05 czwartek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta Szynekowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                              |  | Zupa ryżowa + mix 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + rozdrobniona 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalafor gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 200 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tłuszcz [g] 62,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 290,9<br>w tym cukry [g] 82,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 4 288,8 |
| GD- UCK Bezmleczna             | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Kalafor gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynek od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                 | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 023<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 276,2<br>w tym cukry [g] 82,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 4 504,3   |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Dymna na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynek od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 070,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,3<br>Tłuszcz [g] 67,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 283,8<br>w tym cukry [g] 85,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 498,8  |
| GD- UCK Tłuszczowa             | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dymna na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                             |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynek od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                     | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 737,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4<br>Tłuszcz [g] 37,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,9<br>Węglowodany ogółem [g] 268,4<br>w tym cukry [g] 68,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 4 425,6   |
| GD- UCK Lekko strawna          | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalafor gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                           |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynek od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                              | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 032<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 62,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 272,7<br>w tym cukry [g] 77,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 511,2   |

2026-03-05 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                         | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 433,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93<br>Tłuszcz [g] 46,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1<br>Węglowodany ogółem [g] 182,4<br>w tym cukry [g] 42,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 352,6   |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr.ituszczu  | Bulka pszenka kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenka długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       |                                                                                                                                                              | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dymia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  |                                                               | Bulka pszenka długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 884,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 53,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8<br>Węglowodany ogółem [g] 267,4<br>w tym cukry [g] 68,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 4 410,4 |
| GD- UCK Niskosodowa               | Bulka pszenka kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenka długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                        |                                                                                                                                                              | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany* 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                               | Bulka pszenka długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany z ziołami plastry 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                            | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 254,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108<br>Tłuszcz [g] 78,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 295,3<br>w tym cukry [g] 76<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 3 054,5    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenka kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenka długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Galeetka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenka długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 72,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 329,2<br>w tym cukry [g] 86,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 5 091,1  |
| GD- UCK Beźnależna lekkostrawna   | Bulka pszenka długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenka kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                    |                                                                                                                                                              | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos szpinakowo-twarogowy* 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                  |                                                               | Bulka pszenka długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                        | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 109<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8<br>Tłuszcz [g] 61,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 312,8<br>w tym cukry [g] 99,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 020,8   |

2026-03-05 czwartek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkowa                   | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                          |                                                                                                                                                              | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                 |                                                                | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                          | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 908,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,6<br>Tłuszcz [g] 54,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 251,1<br>w tym cukry [g] 67,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,3<br>Sód [mg] 3 873,8 |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                          |                                                                                                                                                              | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Kalańior gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          |                                                                | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 835,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,9<br>Tłuszcz [g] 54,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 252,1<br>w tym cukry [g] 71,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,6<br>Sód [mg] 3 808,8  |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 72,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 329,2<br>w tym cukry [g] 86,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 5 091,1   |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 72,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 329,2<br>w tym cukry [g] 86,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 5 091,1   |

|                     |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-05 czwartek | GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                           | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 040,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3<br>Tłuszcz [g] 66,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1<br>Węglowodany ogółem [g] 283,9<br>w tym cukry [g] 82,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 4 409,3  |
|                     | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )                                        |  | Zupa ryżowa + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany* 150 g                                              |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany z ziołami plastry 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                                           | Rzodkiew biała - słupki 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 024,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,5<br>Tłuszcz [g] 74,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 249,5<br>w tym cukry [g] 37,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 2 688,3 |
|                     | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                           |  | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                               | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,7<br>Tłuszcz [g] 85<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 270,4<br>w tym cukry [g] 72,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,9<br>Sód [mg] 5 970,7      |
|                     | GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | Zupa pieczarkowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 2 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 082,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 232,8<br>w tym cukry [g] 35,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,4<br>Sód [mg] 5 085,4 |

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-06 piątek | GD- UCK Podstawowa    | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR,</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                           | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z minuty 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,8<br>Tłuszcz [g] 72,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 291,5<br>w tym cukry [g] 85,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,2<br>Sód [mg] 3 869,3     |
|                   | GD- UCK Podstawowa I  | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR,</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                           | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet wieprzowy mielony + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Cebula smażona + 30 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  |                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 184,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,6<br>Tłuszcz [g] 84,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 290<br>w tym cukry [g] 87,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 3 783       |
|                   | GD- UCK Łatwo strawna | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                       |                                                                                                                           | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 2 [Por] x 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 524,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,9<br>Tłuszcz [g] 80,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2<br>Węglowodany ogółem [g] 321,3<br>w tym cukry [g] 105,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,8<br>Sód [mg] 4 735,9 |
|                   | GD- UCK Wegetariańska | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     |                                                                                                                           | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserowym i kukurydzą + 300 g ( <u>JAJ, MLE, GOR,</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    |                                         | Chleb razowy pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 263,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,5<br>Tłuszcz [g] 103<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8<br>Węglowodany ogółem [g] 269,7<br>w tym cukry [g] 88,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 979      |
|                   | GD- UCK Bezglutenowa  | Jogurt naturalny 2,5% ti 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                  | Chleb bezglutenowy 30 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 50 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 470,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 346,2<br>w tym cukry [g] 127,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 3 309,1  |

2026-03-06 piątek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Ryż na napój sojowy 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   | Chleb bezglutenowy 30 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 50 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 584,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2<br>Tłuszcz [g] 91<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8<br>Węglowodany ogółem [g] 358 w tym cukry [g] 127,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4<br>Sód [mg] 4 213,1  |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                       | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 634,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112<br>Tłuszcz [g] 95,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3<br>Węglowodany ogółem [g] 341 w tym cukry [g] 126,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,5<br>Sód [mg] 4 791,3 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr.tłuszczu- dzieci             | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek/p 80 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata lodowa 10 g                                              | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Pierogi z owocami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                 | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 461,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96<br>Tłuszcz [g] 58<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 395,5 w tym cukry [g] 127,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 3 952,5  |

2026-03-06 piątek

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węglo. dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Hummus + 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Słupki z marchewki + 50 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet z minury 120g + 120 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u></b> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Salata zielona 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                       | Salatka jarzynowa + 100 g ( <b><u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> )                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 059,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1<br>Węglowodany ogółem [g] 240,2 w tym cukry [g] 52,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,9<br>Sód [mg] 5 171,7   |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca                 | Kasza manna na napoju sojowym 250 ml ( <b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                | Słupki z marchewki + 100 g                                                                                                                | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b><u>RYB.</u></b> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 480,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,9<br>Tłuszcz [g] 81,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 348,9 w tym cukry [g] 125<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 403,3   |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca              | Kasza manna na mleku 250 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                     | Marchew talarki gotowane + 100 g                                                                                                          | Zupa grysikowa + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u></b> )<br>Pierogi z owocami * 300 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                           | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 519,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,5<br>Tłuszcz [g] 71,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 390,6 w tym cukry [g] 132,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 3 981,8 |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat                       | Kasza manna na mleku 100 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                    | Marchew talarki gotowane + 50 g                                                                                                           | Zupa brokułowa z makaronem + 100 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Morszczuk na parze z/s + 0,5 [Por] x 100 g ( <b><u>RYB.</u></b> )<br>Sos cytrynowy + 50 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 175,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 54,9<br>Tłuszcz [g] 34,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3<br>Węglowodany ogółem [g] 165,5 w tym cukry [g] 59,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,4<br>Sód [mg] 2 169,4  |

2026-03-06 piątek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Kasza manna na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Domowa czekośliwka + 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                         | Stupki z marchewki + 100 g                                                                                                         | Zupa brokułowa z makaronem + 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet z minuty 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 707,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,7<br>Tłuszcz [g] 54,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 240,2<br>w tym cukry [g] 80,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,4<br>Sód [mg] 2 950,7  |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR,</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Stupki z marchewki + 100 g                                                                                                         | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z minuty 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 219,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,9<br>Tłuszcz [g] 72,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 318,3<br>w tym cukry [g] 103,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 3 958,2 |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 1 szt. 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 454,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,3<br>Tłuszcz [g] 86,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41<br>Węglowodany ogółem [g] 325,3<br>w tym cukry [g] 94,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 4 806,7   |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | Kasza manna na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                      | Biszkopty b/ml 1szt. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                 | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> )<br>Risotto z mięs drobi i warzywami* 350 g ( <u>SEL,</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                      | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Szynekowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + 1 szt. 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 644,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,4<br>Tłuszcz [g] 84,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 399,2<br>w tym cukry [g] 128,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 4 198   |

2026-03-06 piątek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 1 szt. 50 g<br>Dynia na parze + 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Brokuł gotowany + 1 szt. 100 g                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 70 g<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + 1 szt. 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 039,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,7<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 221,8<br>w tym cukry [g] 55,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,6<br>Sód [mg] 6 975,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. bez insuliny        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                            | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                               | Salatka jarzynowa + 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 729,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,2<br>Tłuszcz [g] 73,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 198,5<br>w tym cukry [g] 48<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 4 394      |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulinią         | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Hummus + 100 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                                                                                                                               | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                               | Salatka jarzynowa + 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4<br>Tłuszcz [g] 89<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 238,8<br>w tym cukry [g] 63<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,6<br>Sód [mg] 5 116,2      |

2026-03-06 piątek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z ogr. tł     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata lodowa 10 g                                                    | Zupa grysikowa + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 2 [Por] x 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor b/skórki 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Jabłko 1 szt 1 szt                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 981<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 142,1<br>Tłuszcz [g] 64,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 226,1<br>w tym cukry [g] 49,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 5 457,2 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata lodowa 10 g                                             | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 50 g   | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 88,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 209,3<br>w tym cukry [g] 42,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,3<br>Sód [mg] 4 764 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml. b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                 | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Sałata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 50 g   | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 979,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br>Tłuszcz [g] 89<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 198,6<br>w tym cukry [g] 42,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,3<br>Sód [mg] 5 171,9 |

2026-03-06 piątek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany - pasta 50 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 50 g                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                             | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8<br>Tłuszcz [g] 84,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 207,4<br>w tym cukry [g] 42<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 6 271,6   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 50 g<br>Dynia na parze + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                             | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )                                    | Zupa brokułowa z makaronem + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Morszczuk na parze z/s + rozdrobniony 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Brokuł gotowany + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Zupa grysikowa + mix 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 008,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,2<br>Tłuszcz [g] 75,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6<br>Węglowodany ogółem [g] 220<br>w tym cukry [g] 27,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 5 246,5     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M. 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata lodowa 10 g                                             | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 50 g                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                           | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,6<br>Tłuszcz [g] 87,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 220,9<br>w tym cukry [g] 41,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 5 839,9 |

2026-03-06 piątek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, lek.kostrawna | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 50 g               | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 997,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,1<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 220<br>w tym cukry [g] 41,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 5 685,4      |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, nerkowa       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Pasta z ciecierzycy z warzywami (bez soli)* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                                    | Brokułowa z makaronem (bez soli) * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 150 g                                                              | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                     | Salatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 150,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1<br>Tłuszcz [g] 89,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8<br>Węglowodany ogółem [g] 237,1<br>w tym cukry [g] 50,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36<br>Sód [mg] 2 620,7    |
| GD- UCK Płynna                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym mix 350 ml ( <u>MLE.</u> )                                      | Zupa brokułowa z makaronem + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa grysikowa + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )                                                                                                                                                                                                                                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 816,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 149<br>Tłuszcz [g] 90,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1<br>Węglowodany ogółem [g] 360,3<br>w tym cukry [g] 148,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,2<br>Sód [mg] 4 217,2   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bułka, tłuszcz roślinny, jajko, (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym na nap. sojowym MIX 350 ml ( <u>SOJ.</u> )                      | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )       | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa grysikowa + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )                                                                                                                                                                                                                                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 734,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,8<br>Tłuszcz [g] 90,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>Węglowodany ogółem [g] 346,2<br>w tym cukry [g] 113,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 021,5 |

2026-03-06 piątek

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata             | Kasza manna na mleku MIX 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                       |  | Zupa brokułowa z makaronem + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Morszczuk na parze z/s + rozdrobniony 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa grysikowa + mix 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + puree 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 426,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 345,7<br>w tym cukry [g] 118,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 3 678,1 |
| GD- UCK Bezmleczna            | Kasza manna na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      |  | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                     | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 409,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9<br>Tłuszcz [g] 81,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 330,6<br>w tym cukry [g] 114,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 4 325,5    |
| GD- UCK Łatwostawna b/mleczna | Kasza manna na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      |  | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 2 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                               |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem + 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 550,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,6<br>Tłuszcz [g] 81,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 333,2<br>w tym cukry [g] 111,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 4 538,5 |
| GD- UCK Trzusiłkowa           | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                   |  | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 2 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,7<br>Tłuszcz [g] 44,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7<br>Węglowodany ogółem [g] 336,2<br>w tym cukry [g] 122,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 4 008,4 |
| GD- UCK Lekko strawna         | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8<br>Węglowodany ogółem [g] 320,9<br>w tym cukry [g] 107,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 4 609,3       |

2026-03-06 piątek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 100 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka jarzynowa + 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 573,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,8<br>Tłuszcz [g] 55,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17<br>Węglowodany ogółem [g] 210,4<br>w tym cukry [g] 51,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4<br>Sód [mg] 3 958      |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr.ituszczu  | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                                             | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 2 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                    | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 344<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,4<br>Tłuszcz [g] 62,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 319,3<br>w tym cukry [g] 107<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 4 795,2      |
| GD- UCK Niskosodowa               | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Domowa czekoladka + 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                                             | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (bez soli) 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               |                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 172<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1<br>Tłuszcz [g] 67,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 307,2<br>w tym cukry [g] 78,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,8<br>Sód [mg] 2 893,4    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g    | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 656<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,2<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37<br>Węglowodany ogółem [g] 364,6<br>w tym cukry [g] 121,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 4 855,8    |
| GD- UCK Beźmięśna lekkostrawna    | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                  |                                                                                                                             | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z owocami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                |                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                            | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 516,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,7<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 381,5<br>w tym cukry [g] 131,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3<br>Sód [mg] 2 553,2 |

2026-03-06 piątek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkłowa                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                               |                                                                                                                          | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                   |                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 937,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4<br>Tłuszcz [g] 67,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 246,9<br>w tym cukry [g] 65,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13<br>Sód [mg] 3 451,2     |
| GD- UCK Niskreszkłowa bezmleczna        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                            |                                                                                                                          | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                |                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 008,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2<br>Węglowodany ogółem [g] 244,6<br>w tym cukry [g] 64,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13<br>Sód [mg] 4 124,8     |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 633,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,7<br>Tłuszcz [g] 81,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9<br>Węglowodany ogółem [g] 364,1<br>w tym cukry [g] 121,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 4 765 |
| GD- UCK Wysokaloryczna                  | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 656<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,2<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37<br>Węglowodany ogółem [g] 364,6<br>w tym cukry [g] 121,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 4 855,8   |

|                   |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-06 piątek | GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Kasza manna na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Twaróg półtusty b/laktozy 80 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 427<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2<br>Tłuszcz [g] 80,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 333,1<br>w tym cukry [g] 114,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 3 742,7   |
|                   | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Domowa czekoladka + 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (bez soli) 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                   | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 964,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,3<br>Tłuszcz [g] 62,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2<br>Węglowodany ogółem [g] 273,8<br>w tym cukry [g] 59,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4<br>Sód [mg] 2 790   |
|                   | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Kotlet z minury 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,3<br>Tłuszcz [g] 70,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 325,2<br>w tym cukry [g] 89,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,9<br>Sód [mg] 4 753,3 |
|                   | GD- UCK Posiłek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Zupa brokułowa z makaronem + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z minury 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Kotlet wieprzowy mielony + 2 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Cebula smażona + 30 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 064,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9<br>Tłuszcz [g] 98,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 207,7<br>w tym cukry [g] 46<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 4 273,3   |

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-07 sobota | GD- UCK Podstawowa    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                          |                                                                                                                                           | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Fasolka po bretońsku + 350 g ( <u>SEL, GOR</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                |                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 468,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 94,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 330,5<br>w tym cukry [g] 68<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,1<br>Sód [mg] 4 199,9    |
|                   | GD- UCK Podstawowa I  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                          |                                                                                                                                           | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Gulasz curry z kurczaka z warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Brokuł gotowany + 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                               |                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 131,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5<br>Tłuszcz [g] 82,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 268,3<br>w tym cukry [g] 51<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 3 382,5  |
|                   | GD- UCK Latwo strawna | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                               | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 941,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8<br>Tłuszcz [g] 54,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4<br>Węglowodany ogółem [g] 296,6<br>w tym cukry [g] 86,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 4 141,1   |
|                   | GD- UCK Wegetariańska | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JĘCZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                           | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos szpinakowy z serem żółtym + 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      |                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                 | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 363,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8<br>Tłuszcz [g] 99,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 286,3<br>w tym cukry [g] 56,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 3 631   |
|                   | GD- UCK Bezglutenowa  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                     | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy (bez glutenu) + 120 g ( <u>JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                       | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 118,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,6<br>Tłuszcz [g] 71,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 301,2<br>w tym cukry [g] 86,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 3 392,3 |

2026-03-07 sobota

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g                   | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy (bez glutenu) + 120 g ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                     | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 126,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 300<br>w tym cukry [g] 86,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 3 671,9    |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> )       |                                                                                                                                                                             | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          |                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u></b> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel o smaku pomarańczowym z/c 200 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8<br>Tłuszcz [g] 75,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 303,2<br>w tym cukry [g] 92,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 3 361,1 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr.tłuszczu- dzieci             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 80 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata lodowa 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u></b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,8<br>Tłuszcz [g] 62,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 307,1<br>w tym cukry [g] 82,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 4 492,5   |

2026-03-07 sobota

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Słupki papryki kolorowej + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                     | Chrupki kukurydziane 20 g                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110<br>Tłuszcz [g] 77,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 275,8<br>w tym cukry [g] 55<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,9<br>Sód [mg] 4 649,7     |
| GD-UCK Bezmleczna dziecięca              | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )                                                            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                  | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7<br>Tłuszcz [g] 65,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 329,9<br>w tym cukry [g] 85,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,5<br>Sód [mg] 4 153    |
| GD-UCK Łatwo strawna dziecięca           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plasterki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )                                                            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9<br>Tłuszcz [g] 60,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 350,9<br>w tym cukry [g] 100,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 4 209,1 |
| GD-UCK Dzieci 1-3 lat                    | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                     | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 0,5 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Brokuł gotowany + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Monte napój mleczny o smaku czekoladowo-orzechowym 0,2l 1 szt ( <u>MLE, ORZ.</u> )                                                           | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                        | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 390,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,3<br>Tłuszcz [g] 38<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2<br>Węglowodany ogółem [g] 207,8<br>w tym cukry [g] 71<br>Błonnik pokarmowy [g] 9<br>Sód [mg] 1 858,2         |
| GD-UCK Dzieci 4-7 lat                    | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                       | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Monte napój mleczny o smaku czekoladowo-orzechowym 0,2l 1 szt ( <u>MLE, ORZ.</u> )                                                           | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 120,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8<br>Tłuszcz [g] 75,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 277,1<br>w tym cukry [g] 68,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4<br>Sód [mg] 3 052,4  |

|                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-07 sobota | GD- UCK Dzieci 8-14 lat                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Monte napój mleczny o smaku czekoladowo-orzechowym 0,2l 1 szt ( <u>MLE, ORZ.</u> )                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mieszaneczka studeneczka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 554,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,5<br>Tłuszcz [g] 91,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 342,3<br>w tym cukry [g] 77,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,3<br>Sód [mg] 4 301,2 |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Jabłko 1 szt 1 szt<br>Biszkopty b/ml 1 szt. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 425,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 76,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9<br>Węglowodany ogółem [g] 360,3<br>w tym cukry [g] 95<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 4 398,4   |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Filet z kurczaka gotowany plastry 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                        | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                            | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Biszkopty b/ml 1 szt. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Schab gotowany plastry 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                 | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 332,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,5<br>Tłuszcz [g] 66,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br>Węglowodany ogółem [g] 336,6<br>w tym cukry [g] 73,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 4 995,9   |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                   | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                         | Dynia na parze + 100 g                                                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6<br>Tłuszcz [g] 84,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1<br>Węglowodany ogółem [g] 251,3<br>w tym cukry [g] 52,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,1<br>Sód [mg] 5 613,6 |

2026-03-07 sobota

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                     |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bez insuliny          | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )          |                                                                                                                                                                      | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                    | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 130 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3<br>Tłuszcz [g] 94,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 207,8<br>w tym cukry [g] 22,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 3 491,7  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )          | Słupki papryki kolorowej + 150 g                                                                                                                                     | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 130 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 063,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2<br>Tłuszcz [g] 95,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 237,3<br>w tym cukry [g] 45<br>Błonnik pokarmowy [g] 40<br>Sód [mg] 3 499,8      |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina, z ogr. ti | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Sałata lodowa 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastery + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                            | Dynia na parze + 100 g                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 746,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3<br>Tłuszcz [g] 58,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>Węglowodany ogółem [g] 228,6<br>w tym cukry [g] 53,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,2<br>Sód [mg] 4 918,5 |

2026-03-07 sobota

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa   | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g                             | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy (bez glutenu) + 120 g ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 81,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>Węglowodany ogółem [g] 214,8<br>w tym cukry [g] 48,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 3 846,9 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mł., b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g    | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy (bez glutenu) + 120 g ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 918,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4<br>Tłuszcz [g] 83,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>Węglowodany ogółem [g] 213,7<br>w tym cukry [g] 48,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 3 935,1  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b><u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u></b> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b> )<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 924,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4<br>Węglowodany ogółem [g] 223,1<br>w tym cukry [g] 47,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 4 806,1   |

2026-03-07 sobota

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> )                        | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>pasta - Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony. 50 g<br>Marchew gotowana plastry + puree 50 g                          | Zupa ziemniaczana + mix 250 g ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + rozdrobniony 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Brokuł gotowany + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt                                                                                                          | Zupa krem z dyni + mix 200 g ( <u>SOJ.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 931,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108<br>Tłuszcz [g] 68,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8<br>Węglowodany ogółem [g] 235,9<br>w tym cukry [g] 59,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 5 720,5   |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , bogatobiałkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , może zawierać: <u>JAJ.</u> , <u>GOR.</u> , <u>S02.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Dynia na parze + 100 g                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 097,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,6<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 235,4<br>w tym cukry [g] 48,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 4 637,2 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , lek kostrawna  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Brokuł gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u> , może zawierać: <u>JAJ.</u> , <u>GOR.</u> , <u>S02.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Dynia na parze + 100 g                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 930<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,2<br>Tłuszcz [g] 75,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 225,7<br>w tym cukry [g] 48,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 4 470,7   |

2026-03-07 sobota

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przyw. węglo. nerkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Ślupki papryki kolorowej + 150 g                                      | Koperkowa z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Schab gotowany 50 g<br>Seler naciowy ślupki + 130 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                      | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 972,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2<br>Tłuszcz [g] 76,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 242,4<br>w tym cukry [g] 36,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 1 999     |
| GD- UCK Płynna                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml | Zupa ziemniaczana + z mięsem wprz. mix 650 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                              | Jogurt naturalny 2,5% 350 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Zupa krem z dyni + z mięsem dr. mix 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                     | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 586,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,2<br>Tłuszcz [g] 87,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8<br>Węglowodany ogółem [g] 317,2<br>w tym cukry [g] 123,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 4 239,2 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron, bułka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + z mięsem wp. mix 650 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                            | Kasza manna na nap. sojowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa krem z dyni + z mięsem dr. mix 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                     | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 621,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,2<br>Tłuszcz [g] 92,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6<br>Węglowodany ogółem [g] 314,1<br>w tym cukry [g] 103,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 3 990,3 |
| GD- UCK Papkowata                          | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                  |                                                                       | Zupa ziemniaczana + mix 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + rozdrobniony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       |                                                                                                     | Zupa krem z dyni + mix 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane ślupki + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3<br>Tłuszcz [g] 60,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 298,7<br>w tym cukry [g] 87,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 792,1   |
| GD- UCK Bezmleczna                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml               |                                                                       | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                    |                                                                                                     | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane ślupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                  | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 915<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6<br>Tłuszcz [g] 59,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18<br>Węglowodany ogółem [g] 275,6<br>w tym cukry [g] 71,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 4 085         |

2026-03-07 sobota

|                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                        |                                  | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         |                    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w.osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 926,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2<br>Tłuszcz [g] 58,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>Węglowodany ogółem [g] 285,9<br>w tym cukry [g] 77<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 4 852,5 |
| GD- UCK Truskawka                    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                                              |                                  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                       |                    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                      | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 664,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,6<br>Tłuszcz [g] 28<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8<br>Węglowodany ogółem [g] 288,6<br>w tym cukry [g] 82,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4<br>Sód [mg] 3 931,7  |
| GD- UCK Lekko strawna                | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                            |                                  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      |                    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 012<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6<br>Tłuszcz [g] 63<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1<br>Węglowodany ogółem [g] 285,2<br>w tym cukry [g] 79,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 3 360     |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal    | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                 | Słupki papryki kolorowej + 150 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jablko 1 szt 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 481,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,9<br>Tłuszcz [g] 43,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7<br>Węglowodany ogółem [g] 229,1<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,1<br>Sód [mg] 3 194 |
| GD- UCK Wątrobowal / Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) |                                  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |                    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 850,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2<br>Tłuszcz [g] 46,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9<br>Węglowodany ogółem [g] 291,3<br>w tym cukry [g] 85<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,1<br>Sód [mg] 3 845,2 |

2026-03-07 sobota

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskosodowa               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                    |                                                                                                                                                                                   | Koperkowa z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                   | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8<br>Tłuszcz [g] 63,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 307,8<br>w tym cukry [g] 70,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 1 848,3 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 390<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,7<br>Tłuszcz [g] 82,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 304,7<br>w tym cukry [g] 77,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6<br>Sód [mg] 4 161,9  |
| GD- UCK Bezmięsna lekkostrawna    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JĘCZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                                                   | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos szpinakowy* 200 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                          |                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                            | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 957,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,1<br>Tłuszcz [g] 66<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 294,7<br>w tym cukry [g] 80,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 3 128     |
| GD- UCK Niskoresztkowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                   | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                         |                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                | Chrupki kukurydziane 20 g                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 940,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2<br>Tłuszcz [g] 66,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 256,7<br>w tym cukry [g] 55,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,3<br>Sód [mg] 3 013,8 |
| GD- UCK Niskoresztkowa bezmleczna | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                   | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Brokuł gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               |                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                  | Chrupki kukurydziane 20 g                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 731,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>Węglowodany ogółem [g] 239<br>w tym cukry [g] 44,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,8<br>Sód [mg] 3 531,6     |

2026-03-07 sobota

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatoślakowa wysokokaloryczna     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                      | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 465<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,3<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 322,8<br>w tym cukry [g] 92,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 4 164,9  |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                      | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 465<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,3<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 322,8<br>w tym cukry [g] 92,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 4 164,9  |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek wiejski bez laktozy 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        |                                                                                                                                                                                   | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   |                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                          | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4<br>Tłuszcz [g] 63,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 279,4<br>w tym cukry [g] 74,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 3 823,1 |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                                                   | Koperkowa z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Pulpet mięsno-ryżowy (wieprzowy) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos ziołowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 150 g |                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                   | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 037,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 295,2<br>w tym cukry [g] 58,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 1 815,1   |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-07 sobota    | GD- UCK Bogatobłoniłkowa       | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                   |  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowo-ryżowy + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Paszтет z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 130 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> )     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 363,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4<br>Tłuszcz [g] 100,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 299,1<br>w tym cukry [g] 52,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 41,3<br>Sód [mg] 4 182,3 |
|                      | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | Zupa ziemniaczana + 300 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Fasolka po bretońsku + 350 g ( <u>SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                 |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 150 g<br>Gulasz curry z kurczaka z warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Brokuł gotowany + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5<br>Tłuszcz [g] 74<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 324,7<br>w tym cukry [g] 42,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 41,5<br>Sód [mg] 4 121,7     |
| 2026-03-08 niedziela | GD- UCK Podstawowa             | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                 | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 265,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8<br>Tłuszcz [g] 82,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 302,5<br>w tym cukry [g] 47,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 4 911,1 |
|                      | GD- UCK Podstawowa I           | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u> )<br>Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                      |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                 | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 466,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95<br>Tłuszcz [g] 88,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1<br>Węglowodany ogółem [g] 337,7<br>w tym cukry [g] 46,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 4 971,7     |

2026-03-08 niedziela

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo strawna           | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                      | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |                            | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 999,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 62,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 281,4<br>w tym cukry [g] 66,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 4 260,2    |
| GD- UCK Vegetariańska           | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                |                                                                                                                      | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ryż brązowy + 200 g<br>Leczo wegetariańskie z tofu + 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOJ</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 555,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,2<br>Tłuszcz [g] 105,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 349,1<br>w tym cukry [g] 53,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,1<br>Sód [mg] 4 621,2 |
| GD- UCK Bezglutenowa            | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                       | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Słupki z marchewki + 100 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 115<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 266<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,3<br>Sód [mg] 3 778,3        |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                           | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Słupki z marchewki + 100 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 172,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98<br>Tłuszcz [g] 87,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 268<br>w tym cukry [g] 67,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,4<br>Sód [mg] 3 921,5      |

2026-03-08 niedziela

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        |                                                                                                                                                                           | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                |                                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 211,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 82,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9<br>Węglowodany ogółem [g] 281,8<br>w tym cukry [g] 71,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 352,9 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g                                     | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                    | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                                   | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 214,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 55,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2<br>Węglowodany ogółem [g] 338,7<br>w tym cukry [g] 98,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,5<br>Sód [mg] 4 706,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywłgło, dziecięca                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml         | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 889,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,6<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 223,4<br>w tym cukry [g] 38,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,1<br>Sód [mg] 6 194,4   |

2026-03-08 niedziela

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca    | Ryż na napój sojowy 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                     | Chrupki kukurydziane 20 g                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                 | Budyń o smaku śmietankowym na n/sojowym z/c 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 395,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,4<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 319,4<br>w tym cukry [g] 73<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 4 438,7 |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. może zawierać: OZI. ORZ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )              | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 341,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 69,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30<br>Węglowodany ogółem [g] 340,3<br>w tym cukry [g] 99,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 4 348,9 |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Ryż na mleku 100 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Dynia na parze + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml       | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. może zawierać: OZI. ORZ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 100 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Potrawka z kurczaka + 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                | Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <u>MLE.</u> )              | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                  | Paluszki z sezamem 30 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 216,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 56,4<br>Tłuszcz [g] 37,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13<br>Węglowodany ogółem [g] 169<br>w tym cukry [g] 35,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,3<br>Sód [mg] 2 083,1    |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Ryż na mleku 150 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. może zawierać: OZI. ORZ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 150 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JECZ.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku śmietankowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )              | Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 121<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89<br>Tłuszcz [g] 76,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 277,4<br>w tym cukry [g] 61,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,6<br>Sód [mg] 3 565,1    |

2026-03-08 niedziela

|                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzień 8-14 lat                                | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> )                                                                                           | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 607<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 361,4<br>w tym cukry [g] 80,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 4 999,8   |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                       | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 1 szt. 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )                                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Paluszki z sezamem 1 szt. 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 926,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2<br>Tłuszcz [g] 123<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,9<br>Węglowodany ogółem [g] 363,4<br>w tym cukry [g] 81,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 5 860,9  |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                      | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ, GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g                                                       | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               | Budyń o smaku śmietankowym z/c n/sojowy 1szt 200 ml ( <u>SOJ</u> )                                                           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 432,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,6<br>Tłuszcz [g] 79,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 325,8<br>w tym cukry [g] 74,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 5 142,1 |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr: łatwo przyw. węgl. b/ml | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ, GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g               | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Seler gotowany + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Brokuł gotowany* 1 szt. 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                 | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,2<br>Tłuszcz [g] 70,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 239,1<br>w tym cukry [g] 33,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 41<br>Sód [mg] 6 785,6   |

2026-03-08 niedziela

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bez insuliny           | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                 |                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <b>SOJ, SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                 | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 562,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,6<br>Tłuszcz [g] 65,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 190,4<br>w tym cukry [g] 37,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 4 808,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina             | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                 | Surówka Coleslaw + 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</b> )                                                                                 | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <b>SOJ, SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Hummus + 100 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                 | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 904,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,2<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 230,9<br>w tym cukry [g] 53,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 47,3<br>Sód [mg] 5 529,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią, z ogr. tł | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <b>SOJ, SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor b/skórki 150 g                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 650,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,6<br>Tłuszcz [g] 52<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8<br>Węglowodany ogółem [g] 217,7<br>w tym cukry [g] 34,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,6<br>Sód [mg] 5 422,3  |

2026-03-08 niedziela

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. bezglutenowa    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Schab Benedyktynski wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Sałata zielona 10 g | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 936,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1<br>Tłuszcz [g] 86,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 211,5<br>w tym cukry [g] 43,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 4 590,1  |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. b/mil., biglut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                   | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g         | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Sałata zielona 10 g                                                            | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 976<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113<br>Tłuszcz [g] 88,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 200,5<br>w tym cukry [g] 41,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 4 167,1     |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. b/mleczna       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g      | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Sałata zielona 10 g                                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 030,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,8<br>Tłuszcz [g] 87,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 220,6<br>w tym cukry [g] 45,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,2<br>Sód [mg] 5 472,6 |

2026-03-08 niedziela

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>pasta - Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dynia na parze + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 50 g     | Krupnik jęczmienny + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE</u> )<br>Potrawka z kurczaka + rozdrobniony 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>pasta - Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Zupa pomidorowa z makaronem + MIX 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>pasta - Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 992,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9<br>Tłuszcz [g] 72,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 247,7<br>w tym cukry [g] 44,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,9<br>Sód [mg] 5 664,9 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g            | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                  | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 054,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,9<br>Tłuszcz [g] 85<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2<br>Węglowodany ogółem [g] 233,1<br>w tym cukry [g] 47,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36<br>Sód [mg] 5 734,5     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , lek kostrawna  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g            | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynek Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki z marchewki + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                   | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 911,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 78,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 222,1<br>w tym cukry [g] 41,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 5 520,5 |

2026-03-08 niedziela

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przyw.ęgło. nerkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SO2.</u> )                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             | Súpki z marchewki + 150 g                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 996,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 71,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 265,3<br>w tym cukry [g] 62,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 49,9<br>Sód [mg] 3 938,7   |
| GD- UCK Płynna                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jabłkowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> ) | Krupnik jęczmienny + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym z/c MIX 350 ml ( <u>MLE.</u> )          | Zupa pomidorowa z makaronem + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 861,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 148<br>Tłuszcz [g] 90,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8<br>Węglowodany ogółem [g] 372,5<br>w tym cukry [g] 159,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,7<br>Sód [mg] 4 423,5 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                | Zupa ryż, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jabłkowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )       | Krupnik jęczmienny + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym z/c n/sojowy MIX 350 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 799,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,9<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 364,9<br>w tym cukry [g] 121<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,8<br>Sód [mg] 3 909,7 |
| GD- UCK Papkowata                        | Ryż na mleku MIX 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                           | Krupnik jęczmienny + mix 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Potrawka z kurczaka + rozdrobniony 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                            | Zupa pomidorowa z makaronem + MIX 200 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,6<br>Tłuszcz [g] 68,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 292,4<br>w tym cukry [g] 68,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 4 102,7 |
| GD- UCK Bezmleczna                       | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                              |                                                                                                           | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            |                                                                                                            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 145,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 273,8<br>w tym cukry [g] 57,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,1<br>Sód [mg] 4 434,4 |

2026-03-08 niedziela

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna    | Ryż na napój sojowy 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                  |                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                |                                                                                                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 069<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2<br>Tłuszcz [g] 72,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 275,3<br>w tym cukry [g] 54,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 4 488,2   |
| GD- UCK Trzusiłkowa               | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                           |                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                |                                                                                                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 787,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 33<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,2<br>Węglowodany ogółem [g] 294,7<br>w tym cukry [g] 67,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,1<br>Sód [mg] 4 441,8    |
| GD- UCK Lekko strawna             | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 098,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,9<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 280,4<br>w tym cukry [g] 70,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 297,1 |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                   | Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Paluszki z sezamem 50 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 604,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,9<br>Tłuszcz [g] 57,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5<br>Węglowodany ogółem [g] 221,2<br>w tym cukry [g] 35,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,1<br>Sód [mg] 4 346,1 |

2026-03-08 niedziela

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wąrobował z ogr. tłuszczu | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                       | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                                                                                                                               | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 872,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4<br>Tłuszcz [g] 48,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19<br>Węglowodany ogółem [g] 282,8<br>w tym cukry [g] 68,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 238,1    |
| GD- UCK Niskosodowa               | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z ciecierzycy 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                       | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  |                                                                                                                                               | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 305,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 73,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 322,6<br>w tym cukry [g] 79,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 2 943,6 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml    | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 450,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,6<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 323,5<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 5 268,3 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkoślawina    | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Dżem 50 g<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                       | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Kopytka ziemniaczane * z tłuszczem i cukrem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                   |                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 562,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,9<br>Tłuszcz [g] 95,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 365,4<br>w tym cukry [g] 98,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,5<br>Sód [mg] 3 183,2  |
| GD- UCK Niskoresztkowa            | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dżem 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                       | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |                                                                                                                                               | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                   | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 871,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86<br>Tłuszcz [g] 58,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 263,8<br>w tym cukry [g] 78,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,2<br>Sód [mg] 3 213,5      |

2026-03-08 niedziela

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                         | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            |                                                                                                                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 820,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,2<br>Tłuszcz [g] 58,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6<br>Węglowodany ogółem [g] 257,6<br>w tym cukry [g] 83,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,3<br>Sód [mg] 3 667,5  |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 450,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,6<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 323,5<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 5 268,3 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 450,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,6<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 323,5<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 5 268,3 |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy        | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                     |                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twaróg półtusty b/laktozy 50 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 109,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3<br>Tłuszcz [g] 77,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 275,5<br>w tym cukry [g] 57,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 4 172,5    |

|                         |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-08 niedziela    | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                 |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                        |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka wieprzowa pieczona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                         | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 093,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92<br>Tłuszcz [g] 69,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 287,4<br>w tym cukry [g] 60,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 2 839,5  |
|                         | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                       |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                            | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 013,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,2<br>Tłuszcz [g] 72<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 289<br>w tym cukry [g] 63<br>Błonnik pokarmowy [g] 44,8<br>Sód [mg] 5 369,6      |
|                         | GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  | Krupnik jęczmienny + 300 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z kurczaka nadziewany serem + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JEĆZ.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Pyzy z mięsem wieprzowym dieta + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 022,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,6<br>Tłuszcz [g] 71,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 286,8<br>w tym cukry [g] 37,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 3 811,3  |
| 2026-03-09 poniedziałek | GD- UCK Podstawowa                         | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                  |  | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 322,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,3<br>Tłuszcz [g] 91,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4<br>Węglowodany ogółem [g] 273,7<br>w tym cukry [g] 45,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,6<br>Sód [mg] 4 164 |

2026-03-09 poniedziałek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Podstawowa I            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <b>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</b> )<br>Sos własny + 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                             | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7<br>Tłuszcz [g] 91,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42<br>Węglowodany ogółem [g] 256,4<br>w tym cukry [g] 38,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,5<br>Sód [mg] 5 046,2 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| GD- UCK Łatwo strawna           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                         | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                               | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 402,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,5<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3<br>Węglowodany ogółem [g] 358,1<br>w tym cukry [g] 109,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 3 540,7 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| GD- UCK Wegetariańska           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z fasoli z cebulką + 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 604,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2<br>Węglowodany ogółem [g] 379,6<br>w tym cukry [g] 110,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,4<br>Sód [mg] 2 953,7 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| GD- UCK Bezglutenowa            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                   | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g                                                                                                                                                                 | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml  | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> )                                                                                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 441<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,6<br>Tłuszcz [g] 81,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7<br>Węglowodany ogółem [g] 323,1<br>w tym cukry [g] 91,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 44,7<br>Sód [mg] 3 853,4   |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ</b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 40 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                            | Chrupki kukurydziane 30 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6<br>Tłuszcz [g] 76,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 344,9<br>w tym cukry [g] 133,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 2 985,5 |

|                         |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-09 poniedziałek | GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 600,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6<br>Tłuszcz [g] 87,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5<br>Węglowodany ogółem [g] 354,3<br>w tym cukry [g] 110,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7<br>Sód [mg] 3 350,6 |
|                         | GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczy- dzieci            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Dyńia na parze + 50 g                                                         | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 627,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br>Tłuszcz [g] 70,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 401,4<br>w tym cukry [g] 110,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2<br>Sód [mg] 3 791,4   |
|                         | GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgl. dziecięca                  | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Słupki rzodkwi białej + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Papryka świeża 100 g                                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 851,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,8<br>Tłuszcz [g] 73,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 210,5<br>w tym cukry [g] 45,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7<br>Sód [mg] 4 466,3  |

2026-03-09 poniedziałek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca    | Ryż na napój sojowym 250 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                          | Brzoskwinie w syropie 150 g | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                           | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 463,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 69,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 361,3<br>w tym cukry [g] 72,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 4 492,2  |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                               | Brzoskwinie w syropie 150 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>GOR.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                        | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 914,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tłuszcz [g] 79,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8<br>Węglowodany ogółem [g] 445<br>w tym cukry [g] 130,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 3 543,9   |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Marchew mini gotowana + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                 | Brzoskwinie w syropie 100 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>GOR.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 683,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,7<br>Tłuszcz [g] 44,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 250,2<br>w tym cukry [g] 82,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,1<br>Sód [mg] 1 971,6 |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                         | Brzoskwinie w syropie 150 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>GOR.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml             | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87<br>Tłuszcz [g] 62,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7<br>Węglowodany ogółem [g] 280,4<br>w tym cukry [g] 94<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 2 722,6     |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Brzoskwinie w syropie 150 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>SOJ.</u> <u>ORZ.</u> <u>GOR.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 708,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2<br>Tłuszcz [g] 80,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3<br>Węglowodany ogółem [g] 400,8<br>w tym cukry [g] 129,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,3<br>Sód [mg] 3 672 |

|                         |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-09 poniedziałek | GD- UCK Neutropeniczna odżywca                          | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 1 szt. 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g   | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                   | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 895,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,6<br>Tłuszcz [g] 90<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,8<br>Węglowodany ogółem [g] 410,8<br>w tym cukry [g] 116,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,6<br>Sód [mg] 4 508,7   |
|                         | GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                        | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                          | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                             | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                          | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                     | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 508,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,4<br>Tłuszcz [g] 71,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7<br>Węglowodany ogółem [g] 362,9<br>w tym cukry [g] 103,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,2<br>Sód [mg] 5 028,2 |
|                         | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przyw. węglo. białk | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 1 szt 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                                                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 858,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9<br>Tłuszcz [g] 68,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 220,7<br>w tym cukry [g] 48,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 6 530,5  |
|                         | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bez insuliny           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                          |                                                                                                                                                                                           | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <u>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                 | Papryka świeża 100 g                                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 700,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1<br>Tłuszcz [g] 82,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 170,4<br>w tym cukry [g] 28,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 5 079,4   |

2026-03-09 poniedziałek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Slupki rzodkwi białej + 150 g                                                                                                                                   | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <b>GOR, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</b> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z fasoli z cebulką + 100 g<br>Seler naciowy slupki + 100 g ( <b>SEL.</b> )                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml              | Papryka świeża 100 g             | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,3</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,7</b><br><b>Tłuszcz [g] 91,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 228</b><br><b>w tym cukry [g] 36,9</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 45</b><br><b>Sód [mg] 5 413,9</b>     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina, z ogr. tł | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml             | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g        | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <b>SEL.</b> )              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 683,8</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,2</b><br><b>Tłuszcz [g] 50,6</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 207,4</b><br><b>w tym cukry [g] 36,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 25</b><br><b>Sód [mg] 6 386,2</b> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bezglutenowa          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                         | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler naciowy slupki + 50 g ( <b>SEL.</b> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                        | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 872</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,3</b><br><b>Tłuszcz [g] 74,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 195,4</b><br><b>w tym cukry [g] 33,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 24,4</b><br><b>Sód [mg] 5 044,1</b> |

2026-03-09 poniedziałek

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. b/ml, b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g                             | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> )    | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                             | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 776,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6<br>Tłuszcz [g] 72,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 188<br>w tym cukry [g] 33,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 5 379,8 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. b/mlczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g                          | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                         | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 749,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 65,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 197,3<br>w tym cukry [g] 33,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 6 645,8   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. papkowata     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew mini gotowana + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>pasta - Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + puree 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g<br>Buraki gotowane + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + puree 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> )           | Zupa ziemniaczana + MIX 200 g ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 017,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,7<br>Tłuszcz [g] 71,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 227,8<br>w tym cukry [g] 40,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 5 976,7 |

2026-03-09 poniedziałek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</u> )              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 880,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,9<br>Tłuszcz [g] 71,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 199<br>w tym cukry [g] 34<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 6 140,3     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. lekkostrawna   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</u> )              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 801,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,9<br>Tłuszcz [g] 67,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 198,6<br>w tym cukry [g] 35,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 6 106,3   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. nerkowa        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g                                                                                                                          | Kalafirowa z ryżem (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Schab pieczony w rękawie 100 g<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Papryka świeża 100 g                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 798,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3<br>Tłuszcz [g] 69,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 200,7<br>w tym cukry [g] 28,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,6<br>Sód [mg] 3 182,5 |
| GD- UCK Płynna                                   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa z ryż, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                              | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )       | Zupa ziemniaczana + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                              | Mus drugie śniadanie jabłko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 756,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,2<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37<br>Węglowodany ogółem [g] 360,4<br>w tym cukry [g] 144<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 4 600,3      |

2026-03-09 poniedziałek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Płynna bezmleczna      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                      | Kasza manna na napój sojowym mix 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa ziemniaczana z mięsem dr. MIX (bez mleka) + 500 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 687,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,8<br>Tłuszcz [g] 93,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3<br>Węglowodany ogółem [g] 330,2<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 4 365,6 |
| GD- UCK Papkowata              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                      |                                                                       | Zupa dyniowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                          | Zupa ziemniaczana + MIX 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 1 szt. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Buraki gotowane súpki + puree 100 g | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 129,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108<br>Tłuszcz [g] 68,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 283,3<br>w tym cukry [g] 78,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 4 334,2      |
| GD- UCK Bezmleczna             | Zacierka na napój sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                       | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  |                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                           | Wafle ryżowe 30 g                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 125,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,3<br>Tłuszcz [g] 68,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 277,4<br>w tym cukry [g] 49,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,1<br>Sód [mg] 4 259,1  |
| GD- UCK Łatwostrawna białeczna | Zacierka na napój sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       |                                                                       | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  |                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                           | Wafle ryżowe 30 g                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 228,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 321,3<br>w tym cukry [g] 50,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 4 489    |
| GD- UCK Tłuszczowa             | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     |                                                                       | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Wafle ryżowe 30 g                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 186,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,3<br>Tłuszcz [g] 34,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3<br>Węglowodany ogółem [g] 391,4<br>w tym cukry [g] 104,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,4<br>Sód [mg] 3 351,8  |

2026-03-09 poniedziałek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekko strawnia            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              |                                                                                                                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 491<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3<br>Węglowodany ogółem [g] 353,3<br>w tym cukry [g] 109,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7<br>Sód [mg] 3 235,8  |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                            | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 150 g ( <u>MLE</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Salata lodowa 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml      | Papryka świeża 100 g                                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 490,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,1<br>Tłuszcz [g] 37,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7<br>Węglowodany ogółem [g] 225,2<br>w tym cukry [g] 68<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4<br>Sód [mg] 3 647,4   |
| GD- UCK Wątrobowal Z ogr.tłuszczu | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              |                                                                                                                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23<br>Węglowodany ogółem [g] 342,7<br>w tym cukry [g] 104,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,2<br>Sód [mg] 3 329    |
| GD- UCK Niskosodowa               | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         |                                                                                                                                                                              | Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  |                                                                                                                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 260,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7<br>Tłuszcz [g] 65,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6<br>Węglowodany ogółem [g] 322,3<br>w tym cukry [g] 81,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 2 249,1 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata lodowa 10 g                                           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 868,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,9<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3<br>Węglowodany ogółem [g] 391,1<br>w tym cukry [g] 112,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 4 390 |

2026-03-09 poniedziałek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmięsa lekkoślawna            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                               |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 534,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,8<br>Tłuszcz [g] 82,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8<br>Węglowodany ogółem [g] 354,2<br>w tym cukry [g] 107,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 2 503,5 |
| GD- UCK Niskoreszkowa                   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 70 g ( <b>MLE</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      |                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                             | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 590,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 81,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6<br>Węglowodany ogółem [g] 355,9<br>w tym cukry [g] 85,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 3 101,2     |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                    |                                                                                                                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          |                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                               | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 045,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2<br>Tłuszcz [g] 61,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7<br>Węglowodany ogółem [g] 269,3<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 15<br>Sód [mg] 4 064,3   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 70 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</b> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Salata lodowa 10 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 868,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,9<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3<br>Węglowodany ogółem [g] 391,1<br>w tym cukry [g] 112,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 4 390  |

2026-03-09 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 868,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,9<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,3<br>Węglowodany ogółem [g] 391,1<br>w tym cukry [g] 112,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 4 390  |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                 | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         |                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 129,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,4<br>Tłuszcz [g] 67,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1<br>Węglowodany ogółem [g] 285,1<br>w tym cukry [g] 49,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 4 057,3   |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                               |                                                                                                                                                                                 | Kalafirowa z ryżem (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                       |                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                          | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 226,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 65,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6<br>Węglowodany ogółem [g] 313,8<br>w tym cukry [g] 73,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 2 238,1  |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           |                                                                                                                                                                                 | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |                                                                                                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miazsz kokosowy + migdał 50 g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,9<br>Tłuszcz [g] 99,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9<br>Węglowodany ogółem [g] 267,4<br>w tym cukry [g] 44,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,6<br>Sód [mg] 5 125,4 |

|                         |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-09 poniedziałek | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 2 [Por] x 200 g<br>Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 5 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <u>GOR.</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU OW.</u> <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 023<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87<br>Tłuszcz [g] 91,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9<br>Węglowodany ogółem [g] 226,6<br>w tym cukry [g] 30,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 4 707,1     |
|                         | GD- UCK Podstawowa             | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет wieprzowy z żurawiną + 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u> )                                                      | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                           |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 567,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,2<br>Tłuszcz [g] 121,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5<br>Węglowodany ogółem [g] 245,5<br>w tym cukry [g] 63,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 4 706,6 |
|                         | GD- UCK Podstawowa I           | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет wieprzowy z żurawiną + 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u> )                                                      | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z kurczaka ze szpinakiem w płatkach kukurydzianych + 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 275<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 95<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 258,9<br>w tym cukry [g] 64,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 4 712,7       |
|                         | GD- UCK Ławo strawna           | Rogal maślaný 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u> ) | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                           |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                               | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97<br>Tłuszcz [g] 70,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 261,2<br>w tym cukry [g] 70,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,6<br>Sód [mg] 4 281,4   |
|                         | GD- UCK Wegetariańska          | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> <u>GLU ŻYT.</u> <u>GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                 | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z jaj smażony + 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ.</u> <u>GOR.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,3<br>Tłuszcz [g] 103,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 256,9<br>w tym cukry [g] 69,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 757  |

2026-03-10 wtorek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                  | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                                                                                   | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b><u>MLE.</u></b> )                                                                            | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 481,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,5<br>Tłuszcz [g] 104,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1<br>Węglowodany ogółem [g] 292<br>w tym cukry [g] 86<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 3 797    |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                      | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                                                                                   | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    | Budyń o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 200 ml ( <b><u>SOJ.</u></b> )                                                            | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 616<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 108,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 324,5<br>w tym cukry [g] 75,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 3 600,3 |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiel ciężarnych i matek karmiących | Rogal masłany 50g. 1 szt ( <b><u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> ) |                                                                                                                                                                                                             | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |                                                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 483,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128<br>Tłuszcz [g] 112,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5<br>Węglowodany ogółem [g] 250<br>w tym cukry [g] 71<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9<br>Sód [mg] 4 370      |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u></b> )                                              | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Szynea krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u></b> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Salata zielona 20 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                              | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 164,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,9<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5<br>Węglowodany ogółem [g] 306,9<br>w tym cukry [g] 72,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 5 173 |

2026-03-10 wtorek

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Kapusiński z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ. SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g ( <u>MLE. GOR. S02.</u> )  | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                          | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 395,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138,8<br>Tłuszcz [g] 127,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2<br>Węglowodany ogółem [g] 188,1<br>w tym cukry [g] 38,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,1<br>Sód [mg] 6 194,8 |
| GD-UCK Bezmielczna dziecięca             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                  | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                                                                              | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             | Budyń o smaku śmietankowym na nap. sojowym z/c 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                               | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 673,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,2<br>Tłuszcz [g] 102,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 338<br>w tym cukry [g] 77,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,1<br>Sód [mg] 4 280,5     |
| GD-UCK Łatwo strawna dziecięca           | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                                                                              | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 199,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3<br>Tłuszcz [g] 71,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 303,1<br>w tym cukry [g] 85,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 4 288      |
| GD-UCK Dzieci 1-3 lat                    | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                     | Paluszki z sezamem 30 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                                                                                                                                       | Zupa selerowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <u>MLE.</u> )                 | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 530<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,9<br>Tłuszcz [g] 57<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7<br>Węglowodany ogółem [g] 185<br>w tym cukry [g] 66,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 9,9<br>Sód [mg] 2 195,3          |
| GD-UCK Dzieci 4-7 lat                    | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                      | Paluszki z sezamem 50 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                                                                                                                                       | Zupa selerowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )                 | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 304,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,7<br>Tłuszcz [g] 96,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 252,5<br>w tym cukry [g] 88,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,7<br>Sód [mg] 3 489,5  |

|                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-10 wtorek | GD- UCK Dziec 8-14 lat                                 | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )             | Paluszki z sezamem 50 g ( <u>GLU PSZ. SEZ.</u> )                                                                                                                                                                           | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ. SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )        | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 934,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,7<br>Tłuszcz [g] 124,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9<br>Węglowodany ogółem [g] 316,8<br>w tym cukry [g] 87,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 17<br>Sód [mg] 5 146,2   |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 50 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Budyń o smaku śmietankowym z/c 1 szt. 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 690,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,7<br>Tłuszcz [g] 113,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2<br>Węglowodany ogółem [g] 307,3<br>w tym cukry [g] 95,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 5 450,9 |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 1szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 50 g                                                                                           | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ciastka bezglutenowe 1 szt. 50 g ( <u>JAJ.</u> )             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 471,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 86,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 340,4<br>w tym cukry [g] 65,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 5 048,1  |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                             | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                            | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 797<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7<br>Węglowodany ogółem [g] 205,8<br>w tym cukry [g] 45,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 6 075,5       |

2026-03-10 wtorek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglu, bez insuliny          | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                 |                                                                                                                                                                                                       | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Migdały płatk 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 306,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,4<br>Tłuszcz [g] 131<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5<br>Węglowodany ogółem [g] 172,8<br>w tym cukry [g] 33<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 5 179,8   |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglu, z insulina            | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                   | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 100 g ( <u>MLE. GOR. S02.</u> )                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Migdały płatk 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 594,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138,8<br>Tłuszcz [g] 148,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2<br>Węglowodany ogółem [g] 186,2<br>w tym cukry [g] 37<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 5 463,4 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglu, z insulina, z ogr. tł | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dymia na parze + 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynek krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 634,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2<br>Tłuszcz [g] 53,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3<br>Węglowodany ogółem [g] 215,2<br>w tym cukry [g] 46,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 5 587,1 |

2026-03-10 wtorek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa    | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt    | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Salata zielona 20 g                                                  | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 222,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 107,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 216,3<br>w tym cukry [g] 60,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 4 293,6 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mle., b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt    | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Salata zielona 20 g    | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Dynia na parze + 100 g           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 362,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,5<br>Tłuszcz [g] 121,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 213,4<br>w tym cukry [g] 57,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,4<br>Sód [mg] 4 942,2 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mleczna       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml             | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,1<br>Tłuszcz [g] 111,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 224<br>w tym cukry [g] 58,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,7<br>Sód [mg] 5 735,7   |

2026-03-10 wtorek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                                                           | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny rozdrobniony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt                                     | Zupa selerowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + rozdrobniony 100 g<br>Buraki gotowane słupki + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + puree 50 g  | Dyniowa z ziemniakami*() mix 200 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 971,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1<br>Tłuszcz [g] 69,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 245,2<br>w tym cukry [g] 56,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4<br>Sód [mg] 5 021,7  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , bogatobiałkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                       | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 249,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,3<br>Tłuszcz [g] 106,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8<br>Węglowodany ogółem [g] 226,5<br>w tym cukry [g] 59,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 5 496,5 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. , lek kostrawna  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                       | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 247,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,1<br>Tłuszcz [g] 106,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8<br>Węglowodany ogółem [g] 226,1<br>w tym cukry [g] 59,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,5<br>Sód [mg] 5 495,9 |

2026-03-10 wtorek

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węglo. | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Salatka z pomidorów, sałaty i koperku 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )                                                              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Migdały płatki 10 g ( <u>ORZ.</u> )                  | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 150 g<br>Udziec z kurczaka pieczony w papryce b/k b/s 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                           | Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 150 g ( <u>MLE, GOR, S02.</u> )                                           | Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Seler z pietruszką gotowany z olejem () 130 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 218,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2<br>Tłuszcz [g] 98,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 236,7<br>w tym cukry [g] 49,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5<br>Sód [mg] 3 282,7  |
| GD- UCK Płynna                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                        | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) | Zupa selerowa z ziemniakami + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym z/c MIX 350 ml ( <u>MLE.</u> )              | Dyniowa z ziemniakami*) z mięsem dr. mix 500 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 830<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,6<br>Tłuszcz [g] 88,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2<br>Węglowodany ogółem [g] 376,3<br>w tym cukry [g] 149,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 4 476,6   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna          | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bułka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                              | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )       | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                       | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku śmietankowym z/c na n/sojowym MIX 200 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Dyniowa z ziemniakami (bez mleka*)() z mięsem dr. mix 500 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                  | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,4<br>Tłuszcz [g] 78,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9<br>Węglowodany ogółem [g] 341,5<br>w tym cukry [g] 100,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 875,8 |
| GD- UCK Papkowata                  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )        |                                                                                                             | Zupa selerowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + rozdrobniony 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                | Dyniowa z ziemniakami*)() mix 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 181,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,1<br>Tłuszcz [g] 64,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2<br>Węglowodany ogółem [g] 319,3<br>w tym cukry [g] 73,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 4 294,3   |
| GD- UCK Bezmleczna                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml |                                                                                                             | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              |                                                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 539,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,5<br>Tłuszcz [g] 98,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 322,6<br>w tym cukry [g] 92,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 4 297,7  |

|                   |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-10 wtorek | GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna    | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                          |                                                                                                                                                                                                        | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                |                                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                               | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 210,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,8<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1<br>Węglowodany ogółem [g] 326,6<br>w tym cukry [g] 93,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,5<br>Sód [mg] 4 353,6   |
|                   | GD- UCK Truskiewa                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                        | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                   |                                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 724,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5<br>Tłuszcz [g] 38,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1<br>Węglowodany ogółem [g] 263,2<br>w tym cukry [g] 72,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6<br>Sód [mg] 4 574,2   |
|                   | GD- UCK Lekko strawna             | Rogal maślaný 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) |                                                                                                                                                                                                        | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      |                                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 380,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,2<br>Tłuszcz [g] 104,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1<br>Węglowodany ogółem [g] 253,3<br>w tym cukry [g] 69,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,1<br>Sód [mg] 4 482,8 |
|                   | GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                                                                                         | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Sałata zielona 10 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g ( <u>MLE. GOR. S02.</u> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 628,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9<br>Tłuszcz [g] 64,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17<br>Węglowodany ogółem [g] 200,7<br>w tym cukry [g] 42<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,6<br>Sód [mg] 4 463,3       |
|                   | GD- UCK Włobrowal Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )                                                              |                                                                                                                                                                                                        | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                   |                                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 885,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8<br>Tłuszcz [g] 58,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 258<br>w tym cukry [g] 69,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,8<br>Sód [mg] 4 639,2     |

2026-03-10 wtorek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskodowia               | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 |                                                                                                                                                                                               | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Udziec z kurczaka pieczony w papryce b/k b/s 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka z pomidorów, salaty i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 097,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9<br>Tłuszcz [g] 78,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 267,2<br>w tym cukry [g] 57,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,7<br>Sód [mg] 3 176,2   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa           | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SÓŁ.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml  | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 797,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,3<br>Tłuszcz [g] 118,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6<br>Węglowodany ogółem [g] 305,2<br>w tym cukry [g] 96,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8<br>Sód [mg] 5 196,5 |
| GD- UCK Bezmięsna lekkostrawna   | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                 |                                                                                                                                                                                               | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 147,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,9<br>Tłuszcz [g] 72,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 315,4<br>w tym cukry [g] 77,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4<br>Sód [mg] 3 207,5   |
| GD- UCK Niskoreszkowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                               | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Buraki gotowane słupki + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           |                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,7<br>Tłuszcz [g] 90,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4<br>Węglowodany ogółem [g] 231,9<br>w tym cukry [g] 55,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,9<br>Sód [mg] 4 206,2  |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                             |                                                                                                                                                                                               | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Buraki gotowane słupki + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    |                                                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Miód (25g) 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 452,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,2<br>Tłuszcz [g] 92,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 298,5<br>w tym cukry [g] 75,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,7<br>Sód [mg] 4 220,7  |

2026-03-10 wtorek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogato białkowa wysokokaloryczna   | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 797,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,3<br>Tłuszcz [g] 118,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6<br>Węglowodany ogółem [g] 305,2<br>w tym cukry [g] 96,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8<br>Sód [mg] 5 196,5 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 797,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,3<br>Tłuszcz [g] 118,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6<br>Węglowodany ogółem [g] 305,2<br>w tym cukry [g] 96,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8<br>Sód [mg] 5 196,5 |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                    |                                                                                                                                                                                               | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                       | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twaróg półtusty b/laktozy 50 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 437,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,4<br>Tłuszcz [g] 100,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 284,7<br>w tym cukry [g] 91,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 4 314,2 |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                 |                                                                                                                                                                                               | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Udziec z kurczaka pieczony w papryce b/k b/s 100 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g                                                               |                                                       | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka z pomidorów, salaty i koperku 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                      | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 063,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,7<br>Tłuszcz [g] 78,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 258,7<br>w tym cukry [g] 49,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,7<br>Sód [mg] 3 165,1   |

|                   |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-10 wtorek | GD- UCK Bogatobłoniłkowa       | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                              |  | Kapuśniak z kapusty białej + 250 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                           |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 150 g                                                             | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 596,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,4<br>Tuszcz [g] 116<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1<br>Węglowodany ogółem [g] 288,1 w tym cukry [g] 71,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,4<br>Sód [mg] 5 487,9  |
|                   | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                              |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kotlet z kurczaka ze szpinakiem w płatkach kukurydzianych + 2 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka z czarnej rzepy z natką pietruszki + 200 g     |                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tuszcz [g] 93,4<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 228,6 w tym cukry [g] 37,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 5 269,1 |
| 2026-03-11 środa  | GD- UCK Podstawowa             | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet schabowy panierowany + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                              |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,5<br>Tuszcz [g] 72,2<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5<br>Węglowodany ogółem [g] 264,1 w tym cukry [g] 56,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 4 123,9 |
|                   | GD- UCK Podstawowa I           | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Zrazik wieprzowy zawijany pieczony + 120 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JĘCZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 178,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5<br>Tuszcz [g] 89,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 260 w tym cukry [g] 63,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 4 391,5   |
|                   | GD- UCK Łatwo strawna          | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                               |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                       |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,7<br>Tuszcz [g] 87,1<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1<br>Węglowodany ogółem [g] 284,9 w tym cukry [g] 77,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 3 860,1    |

2026-03-11 środa

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wegetariańska                                     | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU OW.</u></b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.</u></b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                                                                                                               | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b>)</p> <p>Burger warzywny z zielonego groszku pieczony + 3 [Por] x 100 g (<b><u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u></b>)</p> <p>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>   |                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Parówki roślinne klasyczne produkt na bazie białka grochowego, pasteryzowany 100 g (<b><u>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, SÓZ.</u></b>)</p> <p>Ketchup 20 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 282,7</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,6</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 93,1</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 296,2</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 73,7</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 48,7</b></p> <p><b>Sód [mg] 5 090</b></p>   |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | <p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                                                                         | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b><u>JAJ.</u></b>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<b><u>SOJ, SEL.</u></b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g (<b><u>JAJ.</u></b>)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chrupki kukurydziane 30 g</p> | <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b><u>RYB, SOJ, SEL.</u></b>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                        | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,6</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,3</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 86,8</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 303,2</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 70,3</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 30,3</b></p> <p><b>Sód [mg] 2 984,2</b></p> |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | <p>Płatki kukurydziane na nap. sojowym 250 ml (<b><u>SOJ.</u></b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                                                                                | <p>Chleb bezglutenowy 30 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b><u>JAJ.</u></b>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<b><u>SOJ, SEL.</u></b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g (<b><u>JAJ.</u></b>)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chrupki kukurydziane 30 g</p> | <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b><u>RYB, SOJ, SEL.</u></b>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                      | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 435,5</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 98</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 305</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 60,7</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 31,9</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 441,3</b></p>     |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | <p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b><u>MLE, GLU OW.</u></b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                               | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<b><u>GLU PSZ, JAJ.</u></b>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                              |                                  | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b><u>RYB, SOJ, SEL.</u></b>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                               | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 269,3</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,7</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 90,5</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 273</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 70,3</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 22,8</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 664,8</b></p>  |

2026-03-11 środa

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>               | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Pasta z białek/p 50 g (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 50 g</p>                                       | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Dynia na parze + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                  | <p>Chrupki kukurydziane 30 g</p>                                                                                                                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB. SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                    | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 369</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2</p> <p>Tłuszcz [g] 82,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 324,3</p> <p>w tym cukry [g] 78,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 28,1</p> <p>Sód [mg] 3 916,2</p>   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo prz. węgl. dziecięca      | <p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 130 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                 | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi i selera z olejem + 50 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ. MLE. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Seler naciowy słupki + 50 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g (<u>RYB.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 130 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>       | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 052,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1</p> <p>Tłuszcz [g] 96,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 220,5</p> <p>w tym cukry [g] 39,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35,2</p> <p>Sód [mg] 4 472</p>     |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca                   | <p>Platki owsiane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ. GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Pomarańcza 1 szt. 1 szt</p>                                                                                                                                                    | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chrupki kukurydziane 30 g</p>                                                                                                                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB. SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3</p> <p>Tłuszcz [g] 80,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 326,9</p> <p>w tym cukry [g] 83,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 32,2</p> <p>Sód [mg] 4 069,1</p> |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca                | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                               | <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>                                                                                                                                                | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Dynia na parze + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                  | <p>Chrupki kukurydziane 30 g</p>                                                                                                                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB. SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                    | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93</p> <p>Tłuszcz [g] 88,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 326,8</p> <p>w tym cukry [g] 91,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,3</p> <p>Sód [mg] 3 866,7</p>    |

2026-03-11 środa

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat           | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki 50 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa z/c 250 ml</p>                                                                             | Pomarańcza 1 szt. 1 szt                                                                                                                                                            | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 50 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>            | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 50 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p> | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 555,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,5</p> <p>Tłuszcz [g] 47,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 231,1</p> <p>w tym cukry [g] 83,7</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 18,2</p> <p>Sód [mg] 2 009,1</p>     |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                              | Pomarańcza 1 szt. 1 szt                                                                                                                                                            | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Kotlet schabowy panierowany + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                             | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g (<u>RYB.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p>                                                | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 010,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3</p> <p>Tłuszcz [g] 62</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 279,6</p> <p>w tym cukry [g] 79,9</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 21,9</p> <p>Sód [mg] 3 165,6</p>     |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | Pomarańcza 1 szt. 1 szt                                                                                                                                                            | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Kotlet schabowy panierowany + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                             | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g (<u>RYB.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                          | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 423,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6</p> <p>Tłuszcz [g] 78,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 341,8</p> <p>w tym cukry [g] 89,1</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 29,5</p> <p>Sód [mg] 4 357,8</p>  |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>     | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi i selera z olejem + 50 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                             | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 700,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,4</p> <p>Tłuszcz [g] 102,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 332,3</p> <p>w tym cukry [g] 72,3</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 29,1</p> <p>Sód [mg] 5 731,1</p> |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | <p>Platki owsiane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 1 szt. 50 g</p> <p>Marchew gotowana plasty + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                        | <p>Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)</p>                                                                                             | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> <p>Dynia na parze + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>        | <p>Chrupki kukurydziane 1 szt. 30 g</p>                         | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                             | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 551,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1</p> <p>Tłuszcz [g] 99,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 319,3</p> <p>w tym cukry [g] 79,4</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 29,8</p> <p>Sód [mg] 4 675,7</p>  |

|                  |                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-11 środa | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 1 szt. 50 g<br>Marchew gotowana plastry + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Dyńa na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml            | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 087,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,7<br>Tłuszcz [g] 99,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 213,6<br>w tym cukry [g] 38,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 6 837,3 |
|                  | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. bez insuliny        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                               | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Słupki rzodkwi białej + 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 660,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,7<br>Tłuszcz [g] 80,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 167,4<br>w tym cukry [g] 18,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 3 924,1  |
|                  | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. z insulina          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                                                      | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Hummus + 100 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                                                                                | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Słupki rzodkwi białej + 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 930<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9<br>Tłuszcz [g] 93,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 201,8<br>w tym cukry [g] 26,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,7<br>Sód [mg] 4 681,1    |

|                  |                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-11 środa | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insulinią z ogr. tł.<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insulinią z ogr. tł. | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml           | Marchew gotowana plastry + 150 g                            | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 758,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,1<br>Tłuszcz [g] 71,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2<br>Węglowodany ogółem [g] 215,1<br>w tym cukry [g] 42,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,3<br>Sód [mg] 5 787,5 |
|                  | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa                     | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                             | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 791,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3<br>Tłuszcz [g] 79,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 196,3<br>w tym cukry [g] 31,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 4 504,5 |
|                  | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml., b/glut.<br>GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml., b/glut.                 | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 898<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,5<br>Tłuszcz [g] 90,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 194,9<br>w tym cukry [g] 32<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 5 275,5     |

2026-03-11 środa

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                                               | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                           | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 909,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99<br>Tłuszcz [g] 85,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 205,2<br>w tym cukry [g] 32<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4<br>Sód [mg] 6 166,3      |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                          | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + puree 50 g                                    | Zupa wielowarzynna z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet wieprzowy + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>pasta - Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojow. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler gotowany + puree 50 g ( <u>SEL.</u> )            | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + mix 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 85<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8<br>Węglowodany ogółem [g] 220,8<br>w tym cukry [g] 36,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 5 352,5   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. bogatobiałkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa wielowarzynna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                       | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br>Węglowodany ogółem [g] 201,9<br>w tym cukry [g] 28,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 5 548,6 |

2026-03-11 środa

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, lek.kostrawna | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                        | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                               | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 808,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 77,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4<br>Węglowodany ogółem [g] 200,6<br>w tym cukry [g] 32,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 5 602,2 |
|                                                | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Surówka z marchwi i selera b/c 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )                                                                 | Wielowarzywna z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Zrazik wieprzowy zawijany pieczony + 120 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb pszenno-żytni bez soli 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> )                                      | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Słupki rzodkwi białej + 100 g         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 676,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3<br>Tłuszcz [g] 69,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8<br>Węglowodany ogółem [g] 178,5<br>w tym cukry [g] 37,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 2 666,1 |
|                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                               | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z sucharami MIX z/c 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 577,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,9<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 316,4<br>w tym cukry [g] 122,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,5<br>Sód [mg] 3 976 |
|                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + Z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                        | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z sucharami MIX z/c, b/ml 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                    | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                      | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 582,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,1<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 337,7<br>w tym cukry [g] 117<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 4 058   |

2026-03-11 środa

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Dżem 50 g<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + mix 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <b>MLE</b> )<br>Pulpet wieprzowy + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + mix 200 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + rozdrobniony 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> )<br>Buraki gotowane súpki + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,1<br>Tłuszcz [g] 74,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6<br>Węglowodany ogółem [g] 291,5<br>w tym cukry [g] 81,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 3 896,6 |
| GD- UCK Bezmleczna             | Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <b>SOJ, GLU OW</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                     | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 223,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7<br>Tłuszcz [g] 85,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2<br>Węglowodany ogółem [g] 274,6<br>w tym cukry [g] 61,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 157  |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <b>SOJ, GLU OW</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew gotowana plastry + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml    |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                     | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 94,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 283,2<br>w tym cukry [g] 67,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 4 501,6    |
| GD- UCK Trzuskowa              | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                   |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                             | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 991,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 62,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7<br>Węglowodany ogółem [g] 284,6<br>w tym cukry [g] 77,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 3 857,7   |
| GD- UCK Lekko strawna          | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL</b> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                   | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3<br>Tłuszcz [g] 80,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 272,4<br>w tym cukry [g] 70,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,8<br>Sód [mg] 3 580  |

2026-03-11 środa

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                      | Surówka z marchwi i selera z olejem + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                       | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                              | Hummus + 100 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 581,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,7<br>Tłuszcz [g] 60,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 210,5<br>w tym cukry [g] 43<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,2<br>Sód [mg] 4 481,7     |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                   | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                 |                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,1<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 278,1<br>w tym cukry [g] 72,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 3 451,7     |
| GD- UCK Niskosodowa               | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                   | Wielowarzywna z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Zrazik wieprzowy zawijany pieczony + 120 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi i selera b/c 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                            | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7<br>Tłuszcz [g] 67<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 294,2<br>w tym cukry [g] 85,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 2 508,2        |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml              | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                              | Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )                     | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,7<br>Tłuszcz [g] 101,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6<br>Węglowodany ogółem [g] 338,8<br>w tym cukry [g] 83,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 4 280,9 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkostrawna    | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                  |                                                                                                   | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Zapiekany makaron z warzywami z jajkiem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                 |                                                                                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                  | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3<br>Tłuszcz [g] 85,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4<br>Węglowodany ogółem [g] 286,5<br>w tym cukry [g] 69,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 3 165,1   |

2026-03-11 środa

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkłowa                   | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                |                                                                                                                   | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>.)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 75 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>       |                                                                                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                        | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 035,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3</p> <p>Tłuszcz [g] 72,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 266,6</p> <p>w tym cukry [g] 75,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 16,2</p> <p>Sód [mg] 3 565,8</p>   |
| GD- UCK Niskreszkłowa bezmleczna        | <p>Platki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u>.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                           |                                                                                                                   | <p>Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>.)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 75 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> |                                                                                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Dżem 25 g 2 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                    | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,2</p> <p>Tłuszcz [g] 80,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 272</p> <p>w tym cukry [g] 65,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 18</p> <p>Sód [mg] 3 487,8</p>       |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u>.)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>.)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>      | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>.)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,7</p> <p>Tłuszcz [g] 101,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 338,8</p> <p>w tym cukry [g] 83,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 24,7</p> <p>Sód [mg] 4 280,9</p> |
| GD- UCK Wysokaloryczna                  | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE</u>, <u>GLU</u> <u>OW</u>.)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u>.)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>.)</p> <p>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>      | <p>Drożdżówka z serem 80g 1 szt ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>.)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u>.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u>.)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 652,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,7</p> <p>Tłuszcz [g] 101,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 338,8</p> <p>w tym cukry [g] 83,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 24,7</p> <p>Sód [mg] 4 280,9</p> |

|                  |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-11 środa | GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Płatki owsiane na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4<br>Węglowodany ogółem [g] 277,3<br>w tym cukry [g] 61<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 056,3  |
|                  | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                 | Wielowarzywna z makaronem * 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Zrazik wieprzowy zawijany pieczony + 120 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi i selera b/c 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml       | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 957,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3<br>Tłuszcz [g] 62,1<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 267,8<br>w tym cukry [g] 49,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 2 384,1  |
|                  | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                             | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 128,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 81,8<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5<br>Węglowodany ogółem [g] 283<br>w tym cukry [g] 66,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,1<br>Sód [mg] 4 552,5 |
|                  | GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet schabowy panierowany + 2 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Zrazik wieprzowy zawijany pieczony + 120 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JECZ.</u> )<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi i selera z olejem + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                     |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|-----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-12 czwartek | GD- UCK Podstawowa    | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                     |                                                                                                                                                      | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Kociolek z kurczaka meksykański + 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 464,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8<br>Tłuszcz [g] 95,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2<br>Węglowodany ogółem [g] 307,4<br>w tym cukry [g] 88<br>Błonnik pokarmowy [g] 29<br>Sód [mg] 5 038,9      |
|                     | GD- UCK Podstawowa I  | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                     |                                                                                                                                                      | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Papryka faszerowana z mięsem drobiowym i warzywami + 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                     |                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 072,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,5<br>Tłuszcz [g] 78,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2<br>Węglowodany ogółem [g] 250,7<br>w tym cukry [g] 92,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 4 715    |
|                     | GD- UCK Ławo strawna  | Bulka pszenka kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenka długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |                                                                                                                                                      | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                            |                                        | Bulka pszenka długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 229,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 309,7<br>w tym cukry [g] 107,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,1<br>Sód [mg] 4 198,1 |
|                     | GD- UCK Wegetariańska | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                               |                                                                                                                                                      | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Naleśniki z farszem szpinakowym + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        |                                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                           | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 599<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,3<br>Tłuszcz [g] 130<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 65,1<br>Węglowodany ogółem [g] 281<br>w tym cukry [g] 94,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 417,5          |
|                     | GD- UCK Bezglutenowa  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                               | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                              | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 430,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,7<br>Tłuszcz [g] 80,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 351,1<br>w tym cukry [g] 145,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,3<br>Sód [mg] 3 520,1    |

2026-03-12 czwartek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                            |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | <p>Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g (<u>SOJ.</u>)<br/>Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br/>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)<br/>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br/>Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br/>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Buraki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>     | <p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p> | <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br/>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br/>Miód (25g) 2 szt<br/>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                           | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 605,5<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,4<br/>Tłuszcz [g] 82,2<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6<br/>Węglowodany ogółem [g] 388,3 w tym cukry [g] 124<br/>Błonnik pokarmowy [g] 35,6<br/>Sód [mg] 3 402,5</p>  |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | <p>Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br/>Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)</p>         |                                                                                                                                                             | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Buraki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                               | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)<br/>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Twarożek różany + 80 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>     | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 459,6<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,6<br/>Tłuszcz [g] 82,3<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39<br/>Węglowodany ogółem [g] 328,4 w tym cukry [g] 121,9<br/>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br/>Sód [mg] 4 256</p>   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr.tłuszczu- dzieci             | <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)<br/>Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)</p>                                | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br/>Salata zielona 10 g</p>        | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Buraki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Twarożek różany + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 465,1<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,6<br/>Tłuszcz [g] 67,6<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br/>Węglowodany ogółem [g] 365,9 w tym cukry [g] 140<br/>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br/>Sód [mg] 4 293,3</p> |

2026-03-12 czwartek

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)<br/>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br/>Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>)<br/>Pomidor 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                                                   | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br/>Słupki z marchewki + 150 g</p> | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Surówka Coleslaw + 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2</u>)<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br/>Słupki papryki czerwonej + 50 g</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>)<br/>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>)<br/>Ogórek kiszony 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>               | <p>Kalafior gotowany + 100 g</p>        | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 107,7<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,5<br/>Tłuszcz [g] 95,1<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1<br/>Węglowodany ogółem [g] 229,9<br/>w tym cukry [g] 49,2<br/>Błonnik pokarmowy [g] 40,7<br/>Sód [mg] 6 248,3</p>  |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca              | <p>Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g (<u>SOJ.</u>)<br/>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br/>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br/>Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Słupki z marchewki + 100 g</p>                                                                                                      | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Buraki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                       | <p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>                                                                                                                        | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br/>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br/>Miód (25g) 2 szt<br/>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                       | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 673,7<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2<br/>Tłuszcz [g] 74,5<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4<br/>Węglowodany ogółem [g] 409,4<br/>w tym cukry [g] 131,1<br/>Błonnik pokarmowy [g] 36,3<br/>Sód [mg] 4 225,7</p> |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca           | <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br/>Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>)<br/>Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)</p>                            | <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p>                                                                                                | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br/>Buraki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                  | <p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>                                                                                                                        | <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>)<br/>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Twarożek różany + 50 g (<u>MLE</u>)<br/>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt<br/>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>         | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 418,3<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3<br/>Tłuszcz [g] 70,1<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br/>Węglowodany ogółem [g] 357,3<br/>w tym cukry [g] 143,5<br/>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br/>Sód [mg] 4 309,8</p> |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat                    | <p>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br/>Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>)<br/>Pomidor b/skórki 50 g<br/>Kakao na mleku z/c 250 ml (<u>MLE</u>)</p>                                                                                                     | <p>Kasza manna z jabłkiem prażonym 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>                                                                    | <p>Zupa brokułowa z ziemniakami + 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)<br/>Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ.</u>)<br/>Gulasz wieprzowy (dieta) + 100 g<br/>Buraki gotowane + 50 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                               | <p>Jogurt kremowy Fantasia 1 szt (<u>MLE</u>)</p>                                                                                                                    | <p>Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>)<br/>Twarożek różany + 30 g (<u>MLE</u>)<br/>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br/>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p> | <p>Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 564,3<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,3<br/>Tłuszcz [g] 47,4<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br/>Węglowodany ogółem [g] 221,6<br/>w tym cukry [g] 105,4<br/>Błonnik pokarmowy [g] 16,4<br/>Sód [mg] 2 240</p>    |

2026-03-12 czwartek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                           | Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )                                                                                            | Zupa brokułowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g<br>Surówka Colesław + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jogurt kremowy Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml     | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE. ORZ. GLU OW. może zawierać: SOJ. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 161,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,4<br>Tłuszcz [g] 81,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4<br>Węglowodany ogółem [g] 275,3<br>w tym cukry [g] 103<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,1<br>Sód [mg] 3 530,8     |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                           | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )                                                                                            | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Colesław + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jogurt kremowy Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE. ORZ. GLU OW. może zawierać: SOJ. SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 715,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1<br>Tłuszcz [g] 106,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,8<br>Węglowodany ogółem [g] 336,8<br>w tym cukry [g] 107,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,9<br>Sód [mg] 5 129,4 |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ser topiony trójkąt 17,5 g 2 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) | Kasza manna z jabłkiem prażonym 1 szt. 200 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )                                                                                     | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 | Jogurt kremowy Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 768,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,4<br>Tłuszcz [g] 91,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42<br>Węglowodany ogółem [g] 390,2<br>w tym cukry [g] 143,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,8<br>Sód [mg] 4 793,3    |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta warzywna + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 1 szt. 200 ml | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                     | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 675,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,1<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 399,9<br>w tym cukry [g] 109,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,2<br>Sód [mg] 4 563,1  |

2026-03-12 czwartek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Pasta warzywna + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab gotowany 50 g<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                   | Kalafior gotowany + 1 szt. 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 122,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,8<br>Tłuszcz [g] 84,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3<br>Węglowodany ogółem [g] 236,3<br>w tym cukry [g] 51,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,8<br>Sód [mg] 6 458,7 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. bez insuliny        | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                    | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                     | Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 707,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3<br>Tłuszcz [g] 90,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9<br>Węglowodany ogółem [g] 147,7<br>w tym cukry [g] 33,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6<br>Sód [mg] 5 117,2  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulina          | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pasta z groszku zielonego + 100 g                                                                                                                                  | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ślupki papryki czerwonej + 150 g                                                                                                    | Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 963,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5<br>Tłuszcz [g] 104<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2<br>Węglowodany ogółem [g] 175,7<br>w tym cukry [g] 44,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 435,5  |

2026-03-12 czwartek

|                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insul. z ogr. tł | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g         | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL</u></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b><u>GLU JECZ</u></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <b><u>SEL</u></b> )         | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b><u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 880,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,5<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 225,2<br>w tym cukry [g] 49,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,8<br>Sód [mg] 5 135,3   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa       | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <b><u>SEL</u></b> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 908,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 207,2<br>w tym cukry [g] 48,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 495,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml, b/glut.      | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta warzywna + 150 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                             | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <b><u>SEL</u></b> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                    | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 986,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,2<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 199,3<br>w tym cukry [g] 42<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 468,9   |

2026-03-12 czwartek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglo. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta warzywna + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g           | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Schab gotowany 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                        | Kalafior gotowany + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 042,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,1<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 215,5<br>w tym cukry [g] 41,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 419,3 |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglo. papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml           | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>pasta - Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa brokułowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g<br>Buraki gotowane + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + puree 50 g ( <u>SEL.</u> )     | Zupa szpinakowa z ziemniakami + mix 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                      | Kalafior gotowany + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 008,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,8<br>Tłuszcz [g] 78,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 219,8<br>w tym cukry [g] 46,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 5 075,8 |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglo. bogatobiałkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g           | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 982,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,2<br>Tłuszcz [g] 78,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3<br>Węglowodany ogółem [g] 220,7<br>w tym cukry [g] 44,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 496,4 |

2026-03-12 czwartek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. lek.kostrarwna | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ. MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 915,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 75,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 218,7<br>w tym cukry [g] 43,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 357,4  |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa        | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna* (bez soli) 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb pszenno-żytni bez soli 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z groszku zielonego + 50 g<br>Słupki z marchewki + 50 g                         | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Coleslaw b/c 200 g ( <u>JAJ. MLE, GOR.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Słupki papryki czerwonej + 150 g                                                                                                   | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z fasoli (bez soli) 80 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                               | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 084,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6<br>Tłuszcz [g] 86,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 241,5<br>w tym cukry [g] 48,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,2<br>Sód [mg] 3 868,8  |
| GD- UCK Płynna                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa płatki jaglane, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )                                                                                                                                                                                   | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                                                   | Zupa brokułowa z ziemniakami + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>SOJ. MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                               | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )                                    | Zupa szpinakowa z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 716,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,7<br>Tłuszcz [g] 87,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5<br>Węglowodany ogółem [g] 352,5<br>w tym cukry [g] 147,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 4 447,5   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa płatki jaglane, bułka, tłuszcz roślinny, jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                                                   | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + z m. wp. MIX 650 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                              | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na nap. sojowym MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )                            | Zupa szpinakowa z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 669,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,8<br>Tłuszcz [g] 92,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 335,6<br>w tym cukry [g] 113,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 4 194,2 |

2026-03-12 czwartek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papłkowata             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                              |  | Zupa brokułowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g<br>Buraki gotowane + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa szpinakowa z ziemniakami + mix 200 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona. 50 g ( <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 174,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9<br>Tłuszcz [g] 68,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 295,1<br>w tym cukry [g] 100,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 4 034,8 |
| GD- UCK Bezmleczna             | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                        |  | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                      | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 299,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8<br>Tłuszcz [g] 78,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 298,7<br>w tym cukry [g] 75,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 183,8  |
| GD- UCK Latwostrawna białeczna | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                        |  | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 310,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,5<br>Tłuszcz [g] 79<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8<br>Węglowodany ogółem [g] 302,4<br>w tym cukry [g] 75,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,8<br>Sód [mg] 4 421,7    |
| GD- UCK Trzuskowa              | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                           |  | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                 | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 962,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 44,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4<br>Węglowodany ogółem [g] 299,5<br>w tym cukry [g] 95,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 4 439,2    |
| GD- UCK Lekko strawna          | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                        | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 313,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,3<br>Tłuszcz [g] 75,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 319,5<br>w tym cukry [g] 114,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 252   |

2026-03-12 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                             |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                 | Slupki z marchewki + 150 g                                     | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                         | Slupki papryki czerwonej + 150 g              | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + 100 g                                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 570,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,2<br>Tłuszcz [g] 43,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>Węglowodany ogółem [g] 237,7<br>w tym cukry [g] 91,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,7<br>Sód [mg] 3 507,4 |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |                                                                | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |                                               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 118,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 59,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 309,2<br>w tym cukry [g] 107,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 4 279,5 |
| GD- UCK Niskosodowa               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                      |                                                                | Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Colesław b/c 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                   | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 219,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35<br>Węglowodany ogółem [g] 275,6<br>w tym cukry [g] 64,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2<br>Sód [mg] 2 915       |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )    | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                         | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 650,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,7<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 365<br>w tym cukry [g] 147,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 4 483,8 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkostrawna    | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                     |                                                                | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* (dieta) BM 350 g ( <u>JAJ, SEL.</u> )<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                       |                                               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                            | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 933<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,5<br>Tłuszcz [g] 64<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 289,6<br>w tym cukry [g] 98,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 3 822,1     |

2026-03-12 czwartek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                |                                                                                                                                                                                                                           |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkowa                   | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                      |                                                                | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                                               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 141,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,9<br>Tłuszcz [g] 68,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 281,3<br>w tym cukry [g] 88,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,1<br>Sód [mg] 3 702  |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                        |                                                                | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                              | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6<br>Tłuszcz [g] 68,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9<br>Węglowodany ogółem [g] 333,9<br>w tym cukry [g] 80,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 563      |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 650,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,7<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 365<br>w tym cukry [g] 147,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 4 483,8 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 650,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,7<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 365<br>w tym cukry [g] 147,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br>Sód [mg] 4 483,8 |

|                     |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-12 czwartek | GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Serek wiejski 200g bez laktozy 1 szt ( <b><u>MLE b/LAK.</u></b> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ. SEL.</u></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU JECZ.</u></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 414<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,6<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 302,5<br>w tym cukry [g] 78,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 028,7 |
|                     | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>JAJ. MLE.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta warzywna* 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Kakao z mlekiem z/c 150 ml ( <b><u>MLE.</u></b> )                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Szpinakowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <b><u>GLU PSZ. SEL.</u></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU JECZ.</u></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Coleslaw b/c 150 g ( <b><u>MLE.</u></b> )                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                                                                 | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <b><u>MLE, ORZ, GLU OW. może zawierać: SOJ, SEZ.</u></b> )                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 262,4<br>w tym cukry [g] 51,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,2<br>Sód [mg] 2 872,9  |
|                     | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE.</u></b> )                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Zupa brokułowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b><u>GLU JECZ.</u></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <b><u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g ( <b><u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> )<br>Twarożek różany + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 380,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6<br>Tłuszcz [g] 88,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 327,2<br>w tym cukry [g] 97,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,7<br>Sód [mg] 5 675,6 |
|                     | GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Zupa brokułowa z ziemniakami + 300 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b><u>GLU JECZ.</u></b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <b><u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                                                                                                                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Ser żółty 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pomidor 100 g<br>Papryka faszerowana z mięsem drobiowym i warzywami + 300 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u></b> )<br>Buraki gotowane + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 086,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,9<br>Tłuszcz [g] 94,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4<br>Węglowodany ogółem [g] 224,7<br>w tym cukry [g] 59,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 4 815,9 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-13 piątek | GD- UCK Podstawowa    | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Seler naciowy słupki + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna smażona 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                             |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 438,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,9<br>Tłuszcz [g] 100,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1<br>Węglowodany ogółem [g] 285,4<br>w tym cukry [g] 60,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 4 457,2 |
|                   | GD- UCK Podstawowa I  | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Seler naciowy słupki + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Naleśniki z farszem z kurczaka i pieczarek + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Sos pieczarkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 674,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,2<br>Tłuszcz [g] 125,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1<br>Węglowodany ogółem [g] 280,1<br>w tym cukry [g] 71,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 4 100,7 |
|                   | GD- UCK Łatwo strawna | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )                                                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,8<br>Tłuszcz [g] 70<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2<br>Węglowodany ogółem [g] 283,4<br>w tym cukry [g] 72,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 4 089,3    |
|                   | GD- UCK Wegetariańska | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Krem o smaku orzechowym 50 g ( <u>MLE, ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, ORZ</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler naciowy słupki + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )                                   | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Gołąbki z kaszy gryczanej z pieczarkami bez zawijania + 210 g ( <u>JAJ, SOJ, SEL</u> )<br>Sos pieczarkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasztet sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR</u> )<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 644,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75,4<br>Tłuszcz [g] 131,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3<br>Węglowodany ogółem [g] 310<br>w tym cukry [g] 73,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 3 897,5    |

2026-03-13 piątek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Ryż na mleku 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE</u></b> )<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                              | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b><u>MLE</u></b> )                                                                                        | Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b><u>RYB</u></b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> )                 | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6<br>Tłuszcz [g] 70,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1<br>Węglowodany ogółem [g] 278,3<br>w tym cukry [g] 72,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 3 715,3 |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       | Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                     | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka) 250 ml ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b><u>RYB</u></b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Budyń o smaku czekoladowym na nap. sojowym z/c 200 ml ( <b><u>SOJ</u></b> ) | Chleb bezglutenowy 90 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 249,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9<br>Tłuszcz [g] 71,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 314,8<br>w tym cukry [g] 92,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 3 046,5 |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Ryż na mleku 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <b><u>JAJ, MLE</u></b> )<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u></b> ) |                                                                                                                                       | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b><u>RYB</u></b> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE</u></b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               |                                                                             | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b><u>JAJ</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 335,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,4<br>Tłuszcz [g] 86,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,4<br>Węglowodany ogółem [g] 275,9<br>w tym cukry [g] 68,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 4 275,5   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Ryż na mleku 250 ml ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ</u></b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <b><u>JAJ, MLE</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u></b> )             | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Sałata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b><u>RYB</u></b> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <b><u>GLU PSZ, MLE</u></b> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <b><u>SEL</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b><u>MLE</u></b> )                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 80 g ( <b><u>JAJ, MLE</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 372,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 133,8<br>Tłuszcz [g] 66<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3<br>Węglowodany ogółem [g] 322,3<br>w tym cukry [g] 87,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4<br>Sód [mg] 4 345,2   |

2026-03-13 piątek

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor 140 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> ) | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g ( <b>SEL</b> ) | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna smażona 120g + 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Słupki rzodkwi białej + 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Sałatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 134,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,9<br>Tłuszcz [g] 97,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3<br>Węglowodany ogółem [g] 224,2<br>w tym cukry [g] 30,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,1<br>Sód [mg] 5 112,6 |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca              | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <b>SOJ</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                        | Biszkopty b/ml 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )                                                                 | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku czekoladowym na nap. sojowym z/c 200 ml ( <b>SOJ</b> )                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                  | Biszkopty b/ml 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 471,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,2<br>Tłuszcz [g] 75,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 339,2<br>w tym cukry [g] 47,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,8<br>Sód [mg] 4 168,2 |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca           | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )                                                                   | Biszkopty b/ml 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )                                                                 | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt            | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123<br>Tłuszcz [g] 77,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9<br>Węglowodany ogółem [g] 345,9<br>w tym cukry [g] 90,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 4 197,3   |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat                    | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                            | Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )                                                                 | Zupa pomidorowa z makaronem + 100 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Naleśniki z serem białym + 0,5 [Por] x 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Prażone jabłka + 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Salatka owocowa + 100 g                                                                                                                      | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g<br>Twarożek + 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                  | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 594<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,2<br>Tłuszcz [g] 37,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 255,5<br>w tym cukry [g] 95,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,2<br>Sód [mg] 1 751,5    |

|                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-13 piątek | GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Seler naciowy słupki + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )                                                                                                                                   | Zupa pomidorowa z makaronem + 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          | Salatka owocowa + 100 g   | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 408<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,7<br>Tłuszcz [g] 84,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7<br>Węglowodany ogółem [g] 316,2<br>w tym cukry [g] 128,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 14<br>Sód [mg] 2 489,7      |
|                   | GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Seler naciowy słupki + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )    | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )                                                                                                                                   | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          | Salatka owocowa + 100 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 967,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,4<br>Tłuszcz [g] 115,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6<br>Węglowodany ogółem [g] 381,1<br>w tym cukry [g] 139,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,6<br>Sód [mg] 3 356,5 |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | Ryż na mleku 1 szt. 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 1 szt. 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Salatka owocowa + 100 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 608,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,5<br>Tłuszcz [g] 106,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 62<br>Węglowodany ogółem [g] 312,7<br>w tym cukry [g] 80,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 5 117,7    |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                              |                                                                                                                                                                               | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> )<br>Makaron świderki + 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos budyniowy o smaku śmietankowym na napoju sojowym b/c 100 ml ( <u>SOJ</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chrupki kukurydziane 30 g | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 424,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 374,8<br>w tym cukry [g] 101,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 942,3   |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-13 piątek | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węglo. b/ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                                                                                             | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Seler gotowany + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                       | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 969,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,1<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>Węglowodany ogółem [g] 225,6<br>w tym cukry [g] 50,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,7<br>Sód [mg] 5 908,9  |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. bez insuliny        | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 140 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) |                                                                                                                                                 | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 961,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8<br>Tłuszcz [g] 105,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9<br>Węglowodany ogółem [g] 172,8<br>w tym cukry [g] 18,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,8<br>Sód [mg] 4 157,5 |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulinią         | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 140 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                               | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Paszтет sojowy z pomidorami 100 g ( <u>SOJ, GOR.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 100 g                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 366,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2<br>Tłuszcz [g] 134,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 201,7<br>w tym cukry [g] 27,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,5<br>Sód [mg] 5 185,5   |

2026-03-13 piątek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. z insul. i z ogr. tł. | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata lodowa 10 g           | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 10 g        | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Jabłko 1 szt 1 szt                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 632,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,5<br>Tłuszcz [g] 43<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8<br>Węglowodany ogółem [g] 215,7<br>w tym cukry [g] 40,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 4 303     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. bezglutenowa          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                 | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata lodowa 10 g    | Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sałata zielona 10 g | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Surówka z seler i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 762,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,6<br>Tłuszcz [g] 67,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 190,2<br>w tym cukry [g] 27<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 4 192,5     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. b/ml. b/glut.         | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                             | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Sałata lodowa 10 g | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu, bez mleka) 250 ml ( <b>SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Sałata zielona 10 g              | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Surówka z seler i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 852,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3<br>Tłuszcz [g] 79,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 179,5<br>w tym cukry [g] 24,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 3 826,1 |

2026-03-13 piątek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglu, b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata lodowa 10 g                   | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Salata zielona 10 g              | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 011,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,2<br>Tłuszcz [g] 77,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 216<br>w tym cukry [g] 26,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 5 526,7   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglu, papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                              | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + rozdrobniony 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Zupa pomidorowa z makaronem + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Morszczuk na parze z/s + rozdrobniony 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Zupa ryżowa + mix 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml      | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,5<br>Tłuszcz [g] 72,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2<br>Węglowodany ogółem [g] 246,7<br>w tym cukry [g] 47,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,6<br>Sód [mg] 5 336 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglu, bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 10 g                      | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g           | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 906,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 202,6<br>w tym cukry [g] 27,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 5 341,8 |

2026-03-13 piątek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. lekkostrawna | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata lodowa 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 788,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,7<br>Tłuszcz [g] 62,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5<br>Węglowodany ogółem [g] 202<br>w tym cukry [g] 27,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 5 159,7    |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. nerkowa      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pomidor 140 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                             | Surówka z selera i marchwi z olejem (bez soli) b/c 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                          | Ryżowa (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane () (bez soli) 150 g<br>Ryba gotowana w ziołach (Miruna) (bez soli) 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z ciecierzycy z warzywami* (bez soli) 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 100 g                          | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem dieta (bez soli) 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml            | Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 866,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9<br>Tłuszcz [g] 66,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2<br>Węglowodany ogółem [g] 217,4<br>w tym cukry [g] 24,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 35<br>Sód [mg] 2 562,7    |
| GD- UCK Płynna                                 | Zupa zacierka, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                | Sok pomarańczowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Zupa pomidorowa z makaronem + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                     | Budyń o smaku czekoladowym z/c MIX 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Zupa ryżowa + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                          | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 811,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 152,2<br>Tłuszcz [g] 91,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7<br>Węglowodany ogółem [g] 351,4<br>w tym cukry [g] 139,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18<br>Sód [mg] 4 310,4   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                     | Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                              | Budyń o smaku czekoladowym na nap.sojowym z/c MIX 350 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            | Zupa ryżowa (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                   | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 744,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,9<br>Tłuszcz [g] 91,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 345,9<br>w tym cukry [g] 100,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 3 992,1 |

2026-03-13 piątek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>pasta - Twardóg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,)                                         |  | Zupa pomidorowa z makaronem + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> ,<br>Morszczuk na parze z/s + rozdrobniony 100 g ( <u>RYB</u> ,<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL</u> ,<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa ryżowa + mix 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 361,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,2<br>Tłuszcz [g] 83,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2<br>Węglowodany ogółem [g] 295<br>w tym cukry [g] 72<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 3 714,6     |
| GD- UCK Bezmleczna             | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> ,<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 90 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                            |  | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL</u> ,<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 988,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 64,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 258<br>w tym cukry [g] 49,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,8<br>Sód [mg] 4 188,2   |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> ,<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                |  | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL</u> ,<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> ,<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> ,<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 011,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,1<br>Tłuszcz [g] 64,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 266,1<br>w tym cukry [g] 53,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 4 184,8 |
| GD- UCK Tłuszkowa              | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,)                                             |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> ,<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                             | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 897,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tłuszcz [g] 40,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3<br>Węglowodany ogółem [g] 284,7<br>w tym cukry [g] 73,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 4 194,1 |
| GD- UCK Lekko strawna          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ,<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ,<br>Pomidor 90 g<br>Salata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,)<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,) |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ,<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      |  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> ,<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> ,<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 135,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,2<br>Tłuszcz [g] 67,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1<br>Węglowodany ogółem [g] 277,3<br>w tym cukry [g] 70,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 4 113,7   |

2026-03-13 piątek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Seler naciowy słupki + 90 g ( <b>SEL</b> )<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) | Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL</b> )                                                        | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos cytrynowy + 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                    | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 100 g                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 502,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 46,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5<br>Węglowodany ogółem [g] 200,3<br>w tym cukry [g] 38,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,8<br>Sód [mg] 3 948,7   |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )                                    |                                                                                                                         | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 056,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113<br>Tłuszcz [g] 59,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br>Węglowodany ogółem [g] 278,6<br>w tym cukry [g] 68,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 3 834,7    |
| GD- UCK Niskosodowa               | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                                                                         |                                                                                                                         | Ryżowa* 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</b> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                         |                                                                                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem dieta 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                 | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <b>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 529,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,1<br>Tłuszcz [g] 80,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,9<br>Węglowodany ogółem [g] 339,7<br>w tym cukry [g] 130,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,8<br>Sód [mg] 2 193,2 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )                        | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Salatka owocowa + 100 g                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,8<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,3<br>Węglowodany ogółem [g] 311,6<br>w tym cukry [g] 84,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 387,9  |
| GD- UCK Bezmięsa lekkostrawna     | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 80 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )                                                                                            |                                                                                                                         | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kopytka ziemniaczane * z tłuszczem i cukrem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                             |                                                                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 379,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,2<br>Tłuszcz [g] 74,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 370,7<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8<br>Sód [mg] 2 192,3  |

2026-03-13 piątek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkłowa                   | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,<br><u>PSZ</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona,<br>parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g<br>( <u>SOJ</u> ,)<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml<br>( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)                                                            |                                                                                                                                     | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g<br>( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br><u>MLE</u> ,)<br>Bukiet warzyw gotowanych + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  |                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 70 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                               | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g<br>1 szt | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 2 137,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>128<br>Tłuszcz [g] 67,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 36,8<br>Węglowodany ogółem [g] 258,8<br>w tym cukry [g] 60<br>Błonnik pokarmowy [g] 14<br>Sód [mg] 3 810,2       |
| GD- UCK Niskreszkłowa bezmleczna        | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> ,<br><u>PSZ</u> ,)<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2<br>szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona,<br>parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g<br>( <u>SOJ</u> ,)<br>Pasta z kurczaka + 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                            |                                                                                                                                     | Zupa pomidorowa z makaronem (bez<br>mleka) + 250 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Bukiet warzyw gotowanych + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                       |                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2<br>szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g<br>1 szt | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 1 927,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>120,2<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 18,5<br>Węglowodany ogółem [g] 232,7<br>w tym cukry [g] 37,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,1<br>Sód [mg] 3 816,9   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona,<br>parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g<br>( <u>SOJ</u> ,)<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka +<br>80 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml<br>( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Sałata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g<br>( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br><u>MLE</u> ,)<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka owocowa + 100 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g<br>1 szt | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>134,8<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 38,3<br>Węglowodany ogółem [g] 311,6<br>w tym cukry [g] 84,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 387,9 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona,<br>parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g<br>( <u>SOJ</u> ,)<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka +<br>80 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml<br>( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> ,)<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ,) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Sałata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g<br>( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,<br><u>MLE</u> ,)<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka owocowa + 100 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 50 g<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g<br>1 szt | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 2 404,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>134,8<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 38,3<br>Węglowodany ogółem [g] 311,6<br>w tym cukry [g] 84,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 387,9 |

2026-03-13 piątek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy | Ryż na napoju sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK</u> )<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                |  | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew talaarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                        | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 992,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 265,8<br>w tym cukry [g] 49,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 3 986,3  |
|                                  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pomidor 90 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )<br>Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )                                                                             |  | Ryżowa* 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                     |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Sałatka jarzynowa z jajkiem dieta 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                                  | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 459<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,1<br>Tłuszcz [g] 78,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2<br>Węglowodany ogółem [g] 327<br>w tym cukry [g] 119,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,8<br>Sód [mg] 2 160       |
|                                  | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 140 g<br>Sałata lodowa 10 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Morszczuk na parze z/s + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Sałatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                       | Mieszanka studencka 40g 1 szt ( <u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 554,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,4<br>Tłuszcz [g] 109,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,4<br>Węglowodany ogółem [g] 305,3<br>w tym cukry [g] 69,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 4 934,4 |
|                                  | GD- UCK Bogatobłonnikowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna smażona 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                       |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Naleśniki z farszem z kurczaka i pieczarek + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <u>SEL</u> ) |                                                                                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 153,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6<br>Tłuszcz [g] 91,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 243,9<br>w tym cukry [g] 32,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,2<br>Sód [mg] 3 988,9  |
| GD- UCK Posilek profilaktyczny   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-14 sobota | GD- UCK Podstawowa    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos cygański + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  |                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 092,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,1<br>Tłuszcz [g] 76,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 286,7<br>w tym cukry [g] 89,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 4 447,6 |
|                   | GD- UCK Podstawowa I  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                            |                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 053,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9<br>Tłuszcz [g] 72,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 284,9<br>w tym cukry [g] 89,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 174,9 |
|                   | GD- UCK Łatwo strawna | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                            |                                                                                                                                                 | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                 | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 962,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,4<br>Tłuszcz [g] 61,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 281<br>w tym cukry [g] 84,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 489,8   |
|                   | GD- UCK Wegetariańska | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                           |                                                                                                                                                 | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Kociolatek meksykański z fasoli + 300 g ( <u>GLU PSZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SO2.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                              | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 274,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,8<br>Tłuszcz [g] 77,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3<br>Węglowodany ogółem [g] 339<br>w tym cukry [g] 96,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 41,8<br>Sód [mg] 4 022,1   |
|                   | GD- UCK Bezglutenowa  | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                              | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik drobiowy z uźdzca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                      | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                  | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 293<br>w tym cukry [g] 71<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 3 499,1     |

2026-03-14 sobota

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                          | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                            | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g                           | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kił M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 299,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,8<br>Tłuszcz [g] 94<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7<br>Węglowodany ogółem [g] 292,6<br>w tym cukry [g] 64,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 3 507,3      |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                      | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 077,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 273,3<br>w tym cukry [g] 82,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 301,6  |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )              | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 150 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 187,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 60,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4<br>Węglowodany ogółem [g] 319,3<br>w tym cukry [g] 83,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,3<br>Sód [mg] 4 493,2 |

2026-03-14 sobota

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dziecięca | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos cygański + 50 g<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )             | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml        | Chrupki kukurydziane 30 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 762,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4<br>Tłuszcz [g] 71,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1<br>Węglowodany ogółem [g] 215,6<br>w tym cukry [g] 34,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 3 967,8 |
| GD-UCK Bezmleczna dziecięca              | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                 | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                         | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               | Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g                           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 241,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,7<br>Tłuszcz [g] 78,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22<br>Węglowodany ogółem [g] 306,6<br>w tym cukry [g] 67,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 346,2   |
| GD-UCK Łatwo strawna dziecięca           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )              | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                        | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 296,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,8<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 331,9<br>w tym cukry [g] 84,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 489,8 |
| GD-UCK Dzieci 1-3 lat                    | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                        | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 262,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,9<br>Tłuszcz [g] 39,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2<br>Węglowodany ogółem [g] 181,3<br>w tym cukry [g] 56,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,4<br>Sód [mg] 2 110,9 |
| GD-UCK Dzieci 4-7 lat                    | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                        | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 150 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 846,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5<br>Tłuszcz [g] 57,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 260,3<br>w tym cukry [g] 79<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1<br>Sód [mg] 3 397,5     |

2026-03-14 sobota

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет wieprzowy z żurawiną + 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Wafelki 30 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                           | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )<br>Sos cygański + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> )                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g ( <u>MLE, GOR, SO2.</u> )<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 332,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,2<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6<br>Węglowodany ogółem [g] 334,2<br>w tym cukry [g] 87,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29<br>Sód [mg] 4 476,5   |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                  | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )                                                                   | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> )                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 387,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 358,6<br>w tym cukry [g] 91,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 5 035,7 |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLUPSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 1 szt. 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                          | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLUPSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> )    | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              | Galaretka o smaku pomarańczowym 1 szt. 200 g                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLUPSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 413,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 345,5<br>w tym cukry [g] 67,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 5 060,5 |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                         | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 933,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7<br>Tłuszcz [g] 83<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22<br>Węglowodany ogółem [g] 229,8<br>w tym cukry [g] 54,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,2<br>Sód [mg] 6 342,9     |

2026-03-14 sobota

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bez insuliny          | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                               | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Orzechy włoskie luskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 697,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,8<br>Tłuszcz [g] 82,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 180,1<br>w tym cukry [g] 33<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 3 596     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) | Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 100 g<br>Słupki z marchewki + 100 g                                                   | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                    | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Orzechy włoskie luskane 40 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 966,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,3<br>Tłuszcz [g] 91,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30<br>Węglowodany ogółem [g] 216,5<br>w tym cukry [g] 40,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 41,8<br>Sód [mg] 3 923,6 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina, z ogr. tł | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                    | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z białek/p 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dymia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 629,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,4<br>Tłuszcz [g] 53,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8<br>Węglowodany ogółem [g] 207,1<br>w tym cukry [g] 40,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 5 048,5 |

2026-03-14 sobota

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa    | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 825,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6<br>Tłuszcz [g] 81,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27<br>Węglowodany ogółem [g] 189,7<br>w tym cukry [g] 40,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,6<br>Sód [mg] 4 080,5    |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mli., b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                   | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata zielona 10 g             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )                       | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Buraki gotowane słupki + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 033,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 98,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7<br>Węglowodany ogółem [g] 193,5<br>w tym cukry [g] 44,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 4 313,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. b/mleczna       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata zielona 10 g          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Buraki gotowane słupki + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 904,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>Węglowodany ogółem [g] 197,3<br>w tym cukry [g] 36,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29<br>Sód [mg] 5 421,1   |

2026-03-14 sobota

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml              | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + rozdrobniony 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. rozdrobnione 1 szt | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Klopsik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M rozdrobnione 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 50 g                                      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                             | Buraki gotowane słupki + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,9<br>Tłuszcz [g] 75,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 218<br>w tym cukry [g] 57,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 4 363,3   |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , bogatobiałkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 807,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 205,1<br>w tym cukry [g] 43,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 5 717,6 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. , lek kostrawna  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g             | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 727,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93<br>Tłuszcz [g] 69,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 202,5<br>w tym cukry [g] 41<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 5 644,7      |

2026-03-14 sobota

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK z ogr. latwo przyw.ęgło, nerkowa | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                | Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Słupki z marchewki + 100 g      | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g ( <b>SEL, GLU JECZ</b> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                              | Orzechy włoskie luskane 40 g ( <b>ORZ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 209,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 103<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 235,3<br>w tym cukry [g] 50,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,8<br>Sód [mg] 3 296,8  |
| GD- UCK Płynna                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, masło, serek MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )                                                                                                                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                    | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Marchewkowa z ziemniakami* z mięsem dr MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                   | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 701,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,9<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3<br>Węglowodany ogółem [g] 369,8<br>w tym cukry [g] 161,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 4 001 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                        | Kasza manna na mleku/sojowym MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Marchewkowa z ziemniakami* (bez mleka) z mięsem dr MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                            | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 649,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,7<br>Tłuszcz [g] 84,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 358,4<br>w tym cukry [g] 125,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 3 334 |
| GD- UCK Papkowata                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) |                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + mix 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <b>MLE</b> )<br>Klopsik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                         | Marchewkowa z ziemniakami* MIX 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Dyńia na parze + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 127,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6<br>Tłuszcz [g] 75,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 282,2<br>w tym cukry [g] 81,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 3 724,4 |
| GD- UCK Bezmleczna                       | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     |                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             |                                                                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                          | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88<br>Tłuszcz [g] 77,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 253,9<br>w tym cukry [g] 67,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 329,3   |

2026-03-14 sobota

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                              |                                                                            | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                        |                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 043,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,5<br>Tłuszcz [g] 77,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 265<br>w tym cukry [g] 71,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 584,5   |
| GD- UCK Truskowa                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                      |                                                                            | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                    |                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 738,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,2<br>Tłuszcz [g] 36,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8<br>Węglowodany ogółem [g] 280,7<br>w tym cukry [g] 83,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 4 487,4  |
| GD- UCK Lekko strawna              | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                            | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                          |                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 924,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,9<br>Tłuszcz [g] 62,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 269,9<br>w tym cukry [g] 79,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 227,4 |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal  | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )               | Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 60 g<br>Słupki z marchewki + 100 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml         | Buraki gotowane słupki + 100 g   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 542,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,2<br>Tłuszcz [g] 50,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8<br>Węglowodany ogółem [g] 221,6<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 3 648     |
| GD- UCK Wątrobowal Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )      |                                                                            | Zupa ryżowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                    |                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 864,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2<br>Tłuszcz [g] 53,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 273<br>w tym cukry [g] 77,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 4 208,7   |

2026-03-14 sobota

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskosodowa               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                   |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 078,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8<br>Tłuszcz [g] 65,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 296,6<br>w tym cukry [g] 111,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 2 996,7 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                    | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 333,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110<br>Tłuszcz [g] 74<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 322,2<br>w tym cukry [g] 84<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 559,1         |
| GD- UCK Beźmięśna lekkoślawna     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                  |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto wegetariańskie z tofu i warzywami + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                |                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 083,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,8<br>Tłuszcz [g] 83,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 278,5<br>w tym cukry [g] 84,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9<br>Sód [mg] 3 667,2  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                     |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 879,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,1<br>Tłuszcz [g] 59,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 254,9<br>w tym cukry [g] 72,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,6<br>Sód [mg] 3 810,7  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa beźmięczna | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                     |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 949,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>Węglowodany ogółem [g] 235,9<br>w tym cukry [g] 56,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,6<br>Sód [mg] 3 909,8      |

2026-03-14 sobota

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogato białkowa wysokokaloryczna   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                    | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 333,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110<br>Tłuszcz [g] 74<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 322,2<br>w tym cukry [g] 84<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 559,1        |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                    | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 333,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110<br>Tłuszcz [g] 74<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 322,2<br>w tym cukry [g] 84<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 559,1        |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twaróg półtusty b/laktozy 50 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                          |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Marchew mini gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 890,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,3<br>Tłuszcz [g] 67,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8<br>Węglowodany ogółem [g] 255,8<br>w tym cukry [g] 67,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 179,9 |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                          | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g ( <u>SEL, GLU JĘCZ.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                     |                                                                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                       | Chrupki kukurydziane 30 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2<br>Tłuszcz [g] 64,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 278,1<br>w tym cukry [g] 74<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 2 909,5   |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-14 sobota    | GD- UCK Bogatobłoniłkowa       | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                            |  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                            | Orzechy włoskie łuslane 40 g ( <u>ORZ.</u> )                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 196,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9<br>Tłuszcz [g] 92,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 281,6<br>w tym cukry [g] 60,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,8<br>Sód [mg] 4 327,4  |
|                      | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 4 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos cygański + 150 g<br>Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Leczo wieprzowe z warzywami dieta + 350 g ( <u>SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 059<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,6<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 254,8<br>w tym cukry [g] 62,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,6<br>Sód [mg] 6 382,9   |
| 2026-03-15 niedziela | GD- UCK Podstawowa             | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                    | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 701,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,3<br>Tłuszcz [g] 114,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6<br>Węglowodany ogółem [g] 313,2<br>w tym cukry [g] 58,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 19<br>Sód [mg] 5 012    |
|                      | GD- UCK Podstawowa I           | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Bigos + 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                        |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                    | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 564,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,7<br>Tłuszcz [g] 112,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38<br>Węglowodany ogółem [g] 295,3<br>w tym cukry [g] 67,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,2<br>Sód [mg] 5 215,1  |
|                      | GD- UCK Łatwo strawna          | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             |  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                           |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                     | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 473,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 355,1<br>w tym cukry [g] 99,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7<br>Sód [mg] 4 266,6 |

2026-03-15 niedziela

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wegetariańska                                     | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ. GOR.</u> )<br>Ser topiony trójkąt 17,5 g 2 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                              | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Placuszki z cukini 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                         |                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez 10 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. GLU JECZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JECZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 310,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,4<br>Tłuszcz [g] 116,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 273<br>w tym cukry [g] 64,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 4 186,7     |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Płatki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            | Chleb bezglutenowy 30 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mandarynka 1 szt | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 410,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6<br>Tłuszcz [g] 79,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 349,3<br>w tym cukry [g] 98,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 3 602,9  |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Płatki jaglane błyskawiczne na napoju sojowym 250 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Chleb bezglutenowy 30 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Sałata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron bezglutenowy 200 g<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mandarynka 1 szt | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                            | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 462,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,6<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 357,5<br>w tym cukry [g] 103,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,8<br>Sód [mg] 3 143,8 |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml    |                                                                                                                                                                              | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  |                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                       | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 499,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,7<br>Tłuszcz [g] 84,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9<br>Węglowodany ogółem [g] 343,9<br>w tym cukry [g] 93,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 4 231   |

2026-03-15 niedziela

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g          | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g                                                                                                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 628,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,3<br>Tłuszcz [g] 75,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8<br>Węglowodany ogółem [g] 383,5<br>w tym cukry [g] 111,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 5 015,2 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przywęgl. dziecięca       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 100 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )                                                | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                   | Mandarynka 1 szt  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 038,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,6<br>Tłuszcz [g] 83,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 235,4<br>w tym cukry [g] 36,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 5 727,6    |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca                   | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                         | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                        | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 598,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 74,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 404,1<br>w tym cukry [g] 137,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,6<br>Sód [mg] 4 361    |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca                | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                         | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Dynia na parze + 50 g | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                               | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 764,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,5<br>Tłuszcz [g] 83<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 412,2<br>w tym cukry [g] 132,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 4 817,7   |

2026-03-15 niedziela

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat           | Zacierka na mleku 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                          | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 100 ml                            | Zupa ziemniaczana + 100 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańor gotowany + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                   | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                                | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                    | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 356,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,4<br>Tłuszcz [g] 40,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8<br>Węglowodany ogółem [g] 198,5<br>w tym cukry [g] 59,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,9<br>Sód [mg] 1 989,1   |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                     | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                            | Zupa ziemniaczana + 150 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                   | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                                | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 0,5 [Por] x 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 958,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,6<br>Tłuszcz [g] 63,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9<br>Węglowodany ogółem [g] 284,1<br>w tym cukry [g] 85<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,6<br>Sód [mg] 3 133,6     |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                            | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. GLU ŻYT. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                   | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 834,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9<br>Tłuszcz [g] 107,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1<br>Węglowodany ogółem [g] 362,1<br>w tym cukry [g] 97,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 4 994,9 |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywicza | Zacierka na mleku 1 szt. 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 1 szt. 200 ml<br>Mandarynka 1 szt | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańor gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                   | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 842,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8<br>Tłuszcz [g] 96,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 390,4<br>w tym cukry [g] 99,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 5 089,8    |

2026-03-15 niedziela

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | Zacierka na napój sojowym 1 szt. 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml   | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 1 szt. 200 ml                                                                                                        | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                     | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Banan 1szt. 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 749,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,1<br>Tłuszcz [g] 84,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 404,8<br>w tym cukry [g] 132,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,6<br>Sód [mg] 4 917,8 |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                              | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 161,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,2<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 264,2<br>w tym cukry [g] 58,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 47,6<br>Sód [mg] 6 685,2  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węgl. bez insuliny           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                      | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalafior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                       | Migdały 40 g ( <u>ORZ.</u> )     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 106,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,3<br>Tłuszcz [g] 107,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7<br>Węglowodany ogółem [g] 192,4<br>w tym cukry [g] 23,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 4 836,9 |

2026-03-15 niedziela

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u></b> )<br>Ser wędzony 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                   | Pasta z pieczonych warzyw + 100 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Mandarynka 1 szt                                                                                                        | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u></b> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Surówka Coleslaw + 150 g ( <b><u>JAJ, MLE, GOR, S02,</u></b> )                                                                                                                      | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    | Migdały 40 g ( <b><u>ORZ,</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 394,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,5<br>Tłuszcz [g] 123,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1<br>Węglowodany ogółem [g] 228,9<br>w tym cukry [g] 47,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,8<br>Sód [mg] 5 538,8 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią, z ogr. tł | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u></b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b><u>MLE, SEL,</u></b> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                              | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE,</u></b> )<br>Pomidor b/skórki 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 042,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,9<br>Tłuszcz [g] 70,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18<br>Węglowodany ogółem [g] 265,8<br>w tym cukry [g] 57,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,7<br>Sód [mg] 6 340,4    |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bezglutenowa           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Salata zielona 10 g  | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Makaron bezglutenowy 150 g<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                       | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                 | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 012,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,7<br>Tłuszcz [g] 80,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 234,6<br>w tym cukry [g] 43,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 5 053,2  |

2026-03-15 niedziela

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. b/ml, b/glut. | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata zielona 10 g                                                                        | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Makaron bezglutenowy 150 g<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                         | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt         | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                 | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,7<br>Tłuszcz [g] 86<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 224,5<br>w tym cukry [g] 41,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 879,2   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. b/mlczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata zielona 10 g                                                                     | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt      | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                              | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,1<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 242,4<br>w tym cukry [g] 43,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,8<br>Sód [mg] 6 086,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. papkowata     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <b><u>może zawierać: MLE, GOR.</u></b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>pasta Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Seler gotowany + puree 50 g ( <b><u>SEL.</u></b> ) | Zupa ziemniaczana + mix 250 g ( <b><u>MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + rozdrobniony 200 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Kalańior gotowany + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Zupa krem z zielonych warzyw + mix 200 g ( <b><u>SOJ, SEL.</u></b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE.</u></b> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 088,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,3<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1<br>Węglowodany ogółem [g] 244,5<br>w tym cukry [g] 50,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,8<br>Sód [mg] 6 379,8 |

2026-03-15 niedziela

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bogatobiałkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml         | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 143,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,6<br>Tłuszcz [g] 81,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 253,7<br>w tym cukry [g] 46,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,9<br>Sód [mg] 6 496,8 |
|                                                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml         | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,3<br>Tłuszcz [g] 75,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 252<br>w tym cukry [g] 45,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,9<br>Sód [mg] 6 348,1 |
|                                                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 130 g ( <b>SEL</b> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                            | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                               | Grysikowa * 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <b>SEL</b> )<br>Kalańior gotowany (bez soli)* 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Slupki z marchewki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 937,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103<br>Tłuszcz [g] 72,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 238,5<br>w tym cukry [g] 54,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,3<br>Sód [mg] 2 443,7 |
|                                                | Zupa zacierka, bułka, masło, serek MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok z sucharami MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )                                                                                | Zupa ziemniaczana + z mięsem wprz. MIX 650 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku waniliowym z/c MIX 350 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                 | Zupa krem z zielonych warzyw + z mięsem dr. MIX 500 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                        | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 731,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 148,1<br>Tłuszcz [g] 89,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36<br>Węglowodany ogółem [g] 341<br>w tym cukry [g] 139,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 5 872,7    |

2026-03-15 niedziela

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Płynna bezmleczna     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bulka, tłuszcz roślinny, jajko (napój sojowy) MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                 | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Budyń o smaku waniliowym na nap. sojowym z/c 350 ml ( <u>SOJ.</u> ) | Zupa krem z zielonych warzyw + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                   | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 733,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,7<br>Tłuszcz [g] 95,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4<br>Węglowodany ogółem [g] 334,4<br>w tym cukry [g] 100,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 5 587,8 |
| GD- UCK Papkowata             | Zacierka na mleku MIX 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                            | Zupa ziemniaczana + mix 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + rozdrobniony 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalafor gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   |                                                                                                             | Zupa krem z zielonych warzyw + mix 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 297,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 75,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 317,3<br>w tym cukry [g] 95,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,5<br>Sód [mg] 4 463,5   |
| GD- UCK Bezmleczna            | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      |                                                                                            | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                   | Banan 1szt. 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 535,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9<br>Tłuszcz [g] 84,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 345,8<br>w tym cukry [g] 88<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 4 667,6    |
| GD- UCK Ławostrawna b/mleczna | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      |                                                                                            | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml   | Banan 1szt. 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 522,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 83,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 349,6<br>w tym cukry [g] 87,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,6<br>Sód [mg] 4 710,7  |
| GD- UCK Tłuszkowa             | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     |                                                                                            | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                                                                                             | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                    | Banan 1szt. 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 206<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,1<br>Tłuszcz [g] 50<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1<br>Węglowodany ogółem [g] 356,4<br>w tym cukry [g] 101<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7<br>Sód [mg] 4 371,2       |

2026-03-15 niedziela

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekko strawna               | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               |                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 387,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,7<br>Tłuszcz [g] 74,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 342,4<br>w tym cukry [g] 92,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 4 152,1 |
| GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal   | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty świderki + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Mandarynka 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml               | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 550,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,4<br>Tłuszcz [g] 43,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4<br>Węglowodany ogółem [g] 241,2<br>w tym cukry [g] 67,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 4 092,6    |
| GD- UCK Wątrobowal/ Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          |                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 344,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,7<br>Tłuszcz [g] 66,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 352,6<br>w tym cukry [g] 101,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 4 134,1  |
| GD- UCK Niskosodowa                 | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wołno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       |                                                                                                                                                                               | Grysikowa * 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany (bez soli)* 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 359,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 322,1<br>w tym cukry [g] 60,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,9<br>Sód [mg] 2 642,7 |

2026-03-15 niedziela

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa           | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                    | Slupki z marchewki + 100 g<br>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 664,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,1<br>Tłuszcz [g] 81,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 373,3<br>w tym cukry [g] 102,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sód [mg] 5 118,4 |
| GD- UCK Bezmięśna lekkoślawna    | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                       | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Pierogi ze szpinakiem * 300 g ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                         |                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                    | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,1<br>Tłuszcz [g] 59,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7<br>Węglowodany ogółem [g] 374<br>w tym cukry [g] 105,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 2 501,4      |
| GD- UCK Niskoreszkowa            | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                       | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     |                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                       | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 228,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 73<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 303,8<br>w tym cukry [g] 82,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,2<br>Sód [mg] 3 641,9      |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmięczna | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                       | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 75 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Banan 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 276,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114<br>Tłuszcz [g] 76,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8<br>Węglowodany ogółem [g] 296,8<br>w tym cukry [g] 69,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,1<br>Sód [mg] 4 141,7    |

2026-03-15 niedziela

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogato białkowa wysokokaloryczna   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Slupki z marchewki + 100 g<br>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 664,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,1<br>Tłuszcz [g] 81,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 373,3<br>w tym cukry [g] 102,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sód [mg] 5 118,4 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Slupki z marchewki + 100 g<br>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 664,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,1<br>Tłuszcz [g] 81,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 373,3<br>w tym cukry [g] 102,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sód [mg] 5 118,4 |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                       | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt                                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 417,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8<br>Tłuszcz [g] 76,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8<br>Węglowodany ogółem [g] 336,4<br>w tym cukry [g] 79,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 4 505,5  |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                       | Grysikowa * 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany (bez soli)* 150 g                                               |                                                                        | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                | Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEZ. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JECZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 129,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 71<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 284,9<br>w tym cukry [g] 40,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,9<br>Sód [mg] 2 539,9     |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-03-15 niedziela | GD- UCK Bogatobłonińska        | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Kasza gryczana ciemna + 250 g<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL,</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                               |  | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                    | Migdały 40 g ( <u>ORZ,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 474,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,2<br>Tłuszcz [g] 96,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 309,8<br>w tym cukry [g] 51,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,2<br>Sód [mg] 5 306,4 |
|                      | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Zupa ziemniaczana + 300 g ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 200 g ( <u>SEL,</u> )<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Bigos + 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR,</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 036,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80<br>Tłuszcz [g] 90,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 244,1<br>w tym cukry [g] 42,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5<br>Sód [mg] 5 598      |

### **Oznaczenia alergenów:**

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