

|                         |                       | 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 2     | 3                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 4  | 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 6                                                                                                 | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                       | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II ŚN | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | PD | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | PN                                                                                                | SUMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2026-01-19 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>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony 1 szt. 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Ser żółty 50 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 wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Dip jogurtowo-zielony + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</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] 3 007,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,6</p> <p>Tłuszcz [g] 119,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 384,5</p> <p>w tym cukry [g] 52,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,4</p> <p>Sód [mg] 3 927,3</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>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony 1 szt. 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Ser żółty 50 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 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>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g (<u>JAJ, GOR.</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] 2 300,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4</p> <p>Tłuszcz [g] 95,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 270,6</p> <p>w tym cukry [g] 48,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 24,4</p> <p>Sód [mg] 3 302,6</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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                                         |       | <p>Zupa grysikowa + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 na miękko kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 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] 2 014,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,3</p> <p>Tłuszcz [g] 61,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 268,7</p> <p>w tym cukry [g] 55</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,2</p> <p>Sód [mg] 3 945,2</p>    |
|                         | GD- UCK Wegańska      | <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 wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Pierogi z kapustą i grzybami* 300 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 z fetą + 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] 2 397</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,2</p> <p>Tłuszcz [g] 95,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 307,1</p> <p>w tym cukry [g] 51</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</p> <p>Sód [mg] 2 242,4</p>       |

2026-01-19, poniedziałek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml            | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Chleb bezglutenowy 30 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ,</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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 215,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7<br>Tłuszcz [g] 81,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 276<br>w tym cukry [g] 62<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 3 571        |
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                          | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml            | Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b><u>SOJ, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 30 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 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>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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 377,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2<br>Tłuszcz [g] 86<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 292,3<br>w tym cukry [g] 61,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 4 020,2   |
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b><u>MLE,</u></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><u>SOJ, MLE, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 266,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,5<br>Tłuszcz [g] 85,8<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3<br>Węglowodany ogółem [g] 262,6<br>w tym cukry [g] 54,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 4 120,3 |
| 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 40 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b><u>MLE,</u></b> ) | Zupa grysikowa + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<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 30 g ( <b><u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u></b> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<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 śmietankowy naturalny 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 331<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,1<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8<br>Węglowodany ogółem [g] 310<br>w tym cukry [g] 96,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 328,1     |

2026-01-19 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw.ęgło. dziecięca | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Migdały płatki 10 g ( <b>ORZ.</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Hummus + 50 g<br>Słupki papryki czerwonej + 50 g    | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pieczarkowy + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Jabłko 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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] 2 023,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113<br>Tłuszcz [g] 95,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7<br>Węglowodany ogółem [g] 193,1<br>w tym cukry [g] 38<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,7<br>Sód [mg] 4 105       |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca               | 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                 | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml     | Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez młeka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Biszkopty b/ml 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                     | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</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>JAJ.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 495,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,2<br>Tłuszcz [g] 81,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 333,1<br>w tym cukry [g] 70,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 982,1 |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca            | 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) | Zupa grysikowa + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                              | Biszkopty b/ml 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                     | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 411,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,1<br>Tłuszcz [g] 69,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 339,8<br>w tym cukry [g] 80<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 4 229,1   |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat                     | Płatki owsiane na mleku 100 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                  | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )                                                                                     | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt ( <b>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 442,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62<br>Tłuszcz [g] 48,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1<br>Węglowodany ogółem [g] 187,5<br>w tym cukry [g] 44,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,5<br>Sód [mg] 2 036,7    |

2026-01-19 poniedziałek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | <p>Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)</p> <p>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony 1 szt. 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p>                                                                                    | <p>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p>        | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Dip jogurtowo-ziolowy + 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>            | <p>Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>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 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/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] 2 063,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,2</p> <p>Tłuszcz [g] 76,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 276,6</p> <p>w tym cukry [g] 56,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 19,3</p> <p>Sód [mg] 2 513,1</p> |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | <p>Platki 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>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony 1 szt. 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Ser żółty 50 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>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p>        | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>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] 3 403,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,4</p> <p>Tłuszcz [g] 126,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 455,6</p> <p>w tym cukry [g] 77,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,4</p> <p>Sód [mg] 4 211,2</p> |
| GD- UCK Neurologiczna odżywca   | <p>Platki 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 pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Parówki Delikatne-proukt drobiowo wieprzowy homogenizowany wędzony parzony 1 szt. 50 g (<u>może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Ser żółty 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>         | <p>Budyń o smaku waniliowym z/c 1 szt. 200 ml (<u>MLE.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 15 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>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 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] 2 783,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,7</p> <p>Tłuszcz [g] 108,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 54</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 318,5</p> <p>w tym cukry [g] 78,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,1</p> <p>Sód [mg] 4 144,1</p> |
| GD- UCK Neurologiczna bez mleka | <p>Platki owsiane na napoju sojowym 1 szt. 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodatną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                                                    | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 1 szt. 200 ml</p>   | <p>Zupa grysikowa + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                                           | <p>Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 50 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g</p> <p>Jajko gotowane ki M. 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 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] 2 476,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115</p> <p>Tłuszcz [g] 77,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 340,3</p> <p>w tym cukry [g] 72,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 29,6</p> <p>Sód [mg] 4 002,3</p>  |

|                          |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19, poniedziałek | 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 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                                                               | 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>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa grysikowa + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 1 szt. 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 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<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>Buraki gotowane słupki + 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] 1 925,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,5<br>Tłuszcz [g] 73,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5<br>Węglowodany ogółem [g] 217,2<br>w tym cukry [g] 47,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 4 439,2 |
|                          | 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, 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 wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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] 1 716,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2<br>Tłuszcz [g] 80,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3<br>Węglowodany ogółem [g] 158,3<br>w tym cukry [g] 19,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,6<br>Sód [mg] 3 532,1 |
|                          | 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, 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 wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, 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] 2 044<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,6<br>Tłuszcz [g] 92,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3<br>Węglowodany ogółem [g] 198,1<br>w tym cukry [g] 40,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,3<br>Sód [mg] 4 119,5   |

2026-01-19 poniedziałek

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Salata zielona 10 g                         | Zupa grysikowa + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                              | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt                                                                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 982,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,4<br>Tłuszcz [g] 79<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 215,6<br>w tym cukry [g] 53,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 3 911,7   |
| GD- UCK Z ogr. latwo 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g                                                   | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                     | Dynia na parze + 150 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>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 977,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2<br>Tłuszcz [g] 87,5<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 205,5<br>w tym cukry [g] 53,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 4 621 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglo. białeczna    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta - Schab gotowany 50 g<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                   | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,4<br>Tłuszcz [g] 79,7<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 214<br>w tym cukry [g] 52,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4<br>Sód [mg] 4 503,8 |

2026-01-19 poniedziałek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 z kurczaka + 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                                                              | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 50 g         | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka pieczona w plasterach + rozdrobniona 100 g<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                                                                                                          | Zupa koperkowa z ziemniakami + 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 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>Buraki gotowane słupki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 253,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,8<br>Tłuszcz [g] 98,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,2<br>Węglowodany ogółem [g] 228<br>w tym cukry [g] 50,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 5 059     |
| 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</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>Marchew talarki gotowane + 50 g | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plasterach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | 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>Serek śmietankowy naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                | Jabłko 1 szt 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 133,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,4<br>Tłuszcz [g] 92,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,9<br>Węglowodany ogółem [g] 220<br>w tym cukry [g] 49,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31<br>Sód [mg] 3 973       |
| 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<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>Marchew mini gotowana + 50 g    | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plasterach + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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 - Schab gotowany 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                                                              | 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                  | Jabłko 1 szt 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 037,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,5<br>Tłuszcz [g] 78,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6<br>Węglowodany ogółem [g] 215,5<br>w tym cukry [g] 46,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 4 442,9 |

2026-01-19 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węglo. nerkowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pomidor 120 g<br>Sałata zielona 30 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Hummus 100 g ( <u>SEZ</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 100 g                                               | Wielowarzynna z ryżem * 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> .)<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ</u> .)<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                       | pasta - Schab gotowany (bez soli) 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                              | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> .)<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> .)<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> .)<br>Surówka z marchwi b/c 150 g ( <u>MLE</u> .)<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                           | Kalafior gotowany* 100 g                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 341<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,8<br>Tłuszcz [g] 107,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4<br>Węglowodany ogółem [g] 228,4<br>w tym cukry [g] 47,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,5<br>Sód [mg] 3 665,8  |
| GD- UCK Płynna                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż bulka tł rośl jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .)                                                                                                                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .) | Zupa wielowarzynna z ziemniakami + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .)<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                         | Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .)<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                   | Zupa koperkowa z ziemniakami + z mięsem dr. mix 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, 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] 2 558,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 147,1<br>Tłuszcz [g] 91,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 296,5<br>w tym cukry [g] 90,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,3<br>Sód [mg] 4 792   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż bulka tł rośl jajko MIX m/sojowe 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> .)                                                                                                                                                                                                                                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> .)       | Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> .)<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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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] 2 525,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125<br>Tłuszcz [g] 86,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23<br>Węglowodany ogółem [g] 319,1<br>w tym cukry [g] 92,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 4 168,9       |
| GD- UCK Papkowata                          | Platki owsiane na mleku mix 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> .)<br>Marchew talarki gotowane + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 |                                                                                                               | Zupa wielowarzynna z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> .)<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> .)<br>Szynka pieczona w plastrach + rozdrobnione 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL</u> .)<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      |                                                                                                                           | Zupa koperkowa z ziemniakami + 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> .)<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> .)<br>Buraki gotowane słupki + puree 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] 2 238,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2<br>Tłuszcz [g] 81,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7<br>Węglowodany ogółem [g] 282,2<br>w tym cukry [g] 59,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,4<br>Sód [mg] 4 776,7 |
| GD- UCK Bezmleczna                         | Platki 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> .)<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                               | Zupa wielowarzynna z ziemniakami (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> .)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 153,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br>Tłuszcz [g] 77,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2<br>Węglowodany ogółem [g] 259,9<br>w tym cukry [g] 44,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 3 980,6 |



2026-01-19 poniedziałek

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna     | Platki 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 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                            |                                  | Zupa grysikowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g<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 warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3<br>Tłuszcz [g] 71,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5<br>Węglowodany ogółem [g] 266,7<br>w tym cukry [g] 44<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,1<br>Sód [mg] 3 936,9 |
| GD- UCK Trzustkowa                 | Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 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>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<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>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 842<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,9<br>Tłuszcz [g] 43,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 269,7<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 3 871,2 |
| GD- UCK Lekko strawna              | Platki 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</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>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>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 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 093<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8<br>Tłuszcz [g] 71,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 261,6<br>w tym cukry [g] 54,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 4 051,3 |
| 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Słupki papryki czerwonej + 100 g | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 532,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86<br>Tłuszcz [g] 51,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 191,9<br>w tym cukry [g] 48,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 3 883    |
| GD- UCK Wątrobowal Z ogr. tłuszczu | Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 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>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<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 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 śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 986<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,9<br>Tłuszcz [g] 59,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 269,7<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 3 871,2 |

2026-01-19 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>   |                                                          | <p>Wielowarzynna z ryżem * 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                 | <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 187,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107</p> <p>Tłuszcz [g] 69,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 294,7</p> <p>w tym cukry [g] 79,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,9</p> <p>Sód [mg] 3 057,8</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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</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>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzynna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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>Jabłko 1 szt 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 2 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 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] 2 642,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,2</p> <p>Tłuszcz [g] 84</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 344,6</p> <p>w tym cukry [g] 95</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p> <p>Sód [mg] 4 658,7</p>     |
| GD- UCK Bezmięsna 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 warzywna* 50 g (<u>SEL.</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>                                      |                                                          | <p>Zupa wielowarzynna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 300 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 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] 1 958,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,7</p> <p>Tłuszcz [g] 77,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 268,9</p> <p>w tym cukry [g] 58,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 28,5</p> <p>Sód [mg] 2 867,5</p>    |
| GD- UCK Niskoresztkowa            | <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 Benedyktyński wieprzowy, 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 wielowarzynna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 75 g (<u>SEL.</u>)</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 śmietankowy 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] 2 119,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6</p> <p>Tłuszcz [g] 82,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 242,3</p> <p>w tym cukry [g] 43,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 16,1</p> <p>Sód [mg] 3 102,1</p> |
| GD- UCK Niskoresztkowa 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                            |                                                          | <p>Zupa grysikowa + 250 g (<u>GLU PSZ. SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 75 g (<u>SEL.</u>)</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 2 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] 1 937,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2</p> <p>Tłuszcz [g] 73,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 219</p> <p>w tym cukry [g] 29,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 14,3</p> <p>Sód [mg] 2 910,4</p>   |

2026-01-19 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogobiałkowa wysokokaloryczna      | <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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</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>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 837,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,3</p> <p>Tłuszcz [g] 87,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 381,1</p> <p>w tym cukry [g] 95</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p> <p>Sód [mg] 4 658,7</p>   |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | <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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</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>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p> | <p>Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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>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>Buraki gotowane słupki + 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] 2 837,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,3</p> <p>Tłuszcz [g] 87,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 381,1</p> <p>w tym cukry [g] 95</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p> <p>Sód [mg] 4 658,7</p>   |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | <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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 50 g</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 (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pomidorowy + 100 g</p> <p>Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 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] 2 153,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9</p> <p>Tłuszcz [g] 77,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 259,9</p> <p>w tym cukry [g] 44,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 24,7</p> <p>Sód [mg] 3 980,6</p> |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | <p>Platki owsiane na mleku 150 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 z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml</p>  |                                                          | <p>Wielowarzywna z ryżem * 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Szynka pieczona w plastrach + 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z marchwi b/c 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml</p>                                                                                 | <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 082,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3</p> <p>Tłuszcz [g] 67</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 276,8</p> <p>w tym cukry [g] 67</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,4</p> <p>Sód [mg] 2 895,1</p>     |

|                          |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-19, poniedziałek | GD- UCK Niskobiałkowa          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 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>Szynka pieczona w plastrach + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos pomidorowy + 50 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 674,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,4<br>Tłuszcz [g] 55,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 237,3<br>w tym cukry [g] 42,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 3 084,6    |
|                          | GD- UCK Bogatobłonnikowa       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Słupki papryki czerwonej + 50 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 250 g<br>Szynka pieczona w plastrach + 100 g<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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 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] 2 261,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3<br>Węglowodany ogółem [g] 278,1<br>w tym cukry [g] 49,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,8<br>Sód [mg] 4 833,2   |
|                          | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  | Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Krokiety ziemniaczane z mozzarellą + 3 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JECZ.</u> )<br>Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i marchwi (z olejem) 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>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>Kotlet schabowy panierowany + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 258,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6<br>Tłuszcz [g] 76,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 306,5<br>w tym cukry [g] 37,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 4 401,9    |
| 2026-01-20 wtorek        | GD- UCK Podstawowa             | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piersz 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <u>GOR. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JECZ.</u> )<br>Sos pieczeniowy + 100 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 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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                      | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 436,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,2<br>Tłuszcz [g] 108<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3<br>Węglowodany ogółem [g] 264,8<br>w tym cukry [g] 57,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 3 877,3  |
|                          | GD- UCK Podstawowa I           | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piersz 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Gulasz curry z kurczaka z warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z selera z rodzynkami + 150 g ( <u>MLE. 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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                      | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> )     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 333,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,7<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 298,3<br>w tym cukry [g] 52,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 2 990,5 |

2026-01-20 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo strawna           | Bulka maślana 1 szt 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>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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |                                                                                                                                           | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plasty + 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] 2 118,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93<br>Tłuszcz [g] 70,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 291,3<br>w tym cukry [g] 75,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 3 664,6     |
| GD- UCK Wegetariańska           | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z batatów i białej fasoli + 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW.</u> )<br>Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g ( <u>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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> )     |                                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 199,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,2<br>Tłuszcz [g] 92,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 267<br>w tym cukry [g] 61,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 4 045,8   |
| 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziolach + 30 g<br>Słupki z marchewki + 50 g              | Zupa ryżowa (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 brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 108,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,3<br>Tłuszcz [g] 80,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 272,5<br>w tym cukry [g] 54,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 3 322,2 |
| 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 ziolach + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                       | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Słupki z marchewki + 50 g | Zupa ryżowa (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 koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 197,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6<br>Tłuszcz [g] 85,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 270,5<br>w tym cukry [g] 52,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 3 625,7 |

2026-01-20 wtorek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | 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% 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>Twarożek pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |                                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                         |                                                                                          | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 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>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Pomidor 80 g                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 321,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7<br>Węglowodany ogółem [g] 287,1<br>w tym cukry [g] 80,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3<br>Sód [mg] 4 016    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | 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 ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Sałata zielona 10 g                | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                              | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> )                           | 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>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 1 szt. 100 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] 2 393,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,6<br>Tłuszcz [g] 54,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 373,2<br>w tym cukry [g] 74,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 3 922  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. dziecięca               | 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                | 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 | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</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 JECZ.</u> )<br>Sos pieczeniowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                          | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 303,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,9<br>Tłuszcz [g] 116,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1<br>Węglowodany ogółem [g] 208,6<br>w tym cukry [g] 45,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,5<br>Sód [mg] 4 399 |

2026-01-20 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                             | Mandarynka 1 szt                                                                  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 112,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3<br>Tłuszcz [g] 75,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 279,2<br>w tym cukry [g] 60,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 3 643,9 |
| 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>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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                            | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 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] 2 164,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2<br>Tłuszcz [g] 67,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 306<br>w tym cukry [g] 81,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 3 587,6   |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Bulka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek pomidorowy + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki 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>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                  | Mandarynka 1 szt                                                                  | Krupnik jęczmienny + 100 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Pulpet z kurczaka + 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml<br>Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt                                                                     |                                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 144,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 48,1<br>Tłuszcz [g] 35,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9<br>Węglowodany ogółem [g] 164,3<br>w tym cukry [g] 54,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 11,8<br>Sód [mg] 2 061   |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Bulka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 10 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                   | Mandarynka 1 szt                                                                  | Zupa fasolowa z kielbasą + 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                          | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Bulka 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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                               | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 876,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,3<br>Tłuszcz [g] 69,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2<br>Węglowodany ogółem [g] 232<br>w tym cukry [g] 69,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,9<br>Sód [mg] 3 272,3   |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Bulka maślana 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% 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Mandarynka 1 szt                                                                  | Zupa fasolowa z kielbasą + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Karkówka pieczona + 100 g ( <u>GOR. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JEĆZ.</u> )<br>Sos pieczeniowy + 100 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )<br>Surówka Colesław + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Pomidor 80 g                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 528,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3<br>Tłuszcz [g] 100,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,9<br>Węglowodany ogółem [g] 305,8<br>w tym cukry [g] 69,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 3 959 |

|                   |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-20 wtorek | GD- UCK Neutropeniczna odżywca                          | Bulka 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 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>Twarożek pomidorowy + 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> )                                                                                     | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 1 szt. 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 100 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] 2 426,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3<br>Węglowodany ogółem [g] 334,1<br>w tym cukry [g] 87,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 3 680,6  |
|                   | 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 1szt. 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> )                                                                                     | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                       | Galaretka o smaku truskawkowym 1szt. 200 g                                                                                                           | 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>Marchew gotowana plasty + 1 szt. 100 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] 2 193,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7<br>Tłuszcz [g] 77,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 291,5<br>w tym cukry [g] 68<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,3<br>Sód [mg] 3 498,1    |
|                   | GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. białk | 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>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                            | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. 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 PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew gotowana plasty + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 973,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,6<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6<br>Węglowodany ogółem [g] 222,9<br>w tym cukry [g] 55,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,2<br>Sód [mg] 4 395,4 |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. bez insuliny         | Chleb Graham "rodzinny" 60 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao b/c 250 ml                                                                                             |                                                                                                                                                                       | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</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 JEĆZ.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SOJ.</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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 725,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85<br>Tłuszcz [g] 89<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4<br>Węglowodany ogółem [g] 157,8<br>w tym cukry [g] 27,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 3 551        |



2026-01-20 wtorek

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią            | <p>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/>Twarożek pomidorowy + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br/>Sałata zielona 20 g<br/>Kakao b/c 250 ml</p> | <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)<br/>Słupki z marchewki + 100 g</p>                                                                    | <p>Krupnik jęczmienny + 250 g (<u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</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 JEĆZ.</u>)<br/>Surówka Colesław + 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</u>)<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>                                         | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 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/>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)<br/>Ogórek kiszony 130 g<br/>Sałata zielona 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 131,4<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103<br/>Tłuszcz [g] 109,9<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2<br/>Węglowodany ogółem [g] 195<br/>w tym cukry [g] 40,2<br/>Błonnik pokarmowy [g] 33,6<br/>Sód [mg] 4 322,5</p> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią, z ogr. tł | <p>Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)<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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>)<br/>Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kakao b/c 250 ml</p>                    | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br/>Sałata zielona 10 g</p> | <p>Krupnik jęczmienny + 250 g (<u>SOJ. SEL. GLU JEĆZ.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br/>Pulpet z kurczaka + 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</p>                                                                                               | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pomidor b/skórki 50 g</p>      | <p>Bulka pszenna długa krojona 60 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/>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>)<br/>Marchew gotowana plastry + 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>              | <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p>        | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 584,8<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br/>Tłuszcz [g] 46,8<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2<br/>Węglowodany ogółem [g] 209,6<br/>w tym cukry [g] 40,3<br/>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br/>Sód [mg] 3 929</p> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. bezglutenowa           | <p>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/>Twarożek pomidorowy + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                                                                                                 | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br/>Słupki z marchewki + 50 g</p>             | <p>Zupa ryżowa (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/>Dyńia na parze + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                                                               | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g</p> | <p>Chleb bezglutenowy 60 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/>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>)<br/>Pomidor 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                   | <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p>        | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 817,9<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3<br/>Tłuszcz [g] 82<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br/>Węglowodany ogółem [g] 189,1<br/>w tym cukry [g] 35,4<br/>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br/>Sód [mg] 3 879,9</p> |

2026-01-20 wtorek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao b/c 250 ml                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Słupki z marchewki + 50 g             | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 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                                                | 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>Sałata 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>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 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                              | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 879,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 198,9<br>w tym cukry [g] 33,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,5<br>Sód [mg] 4 181,8 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. papkowata      | 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 pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Kakao b/c 250 ml                                                                                                                                                                                       | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                              | Krupnik jęczmienny + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet z kurczaka + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 50 g                                                                | Zupa selerowa z ziemniakami + 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>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 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] 2 205<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,7<br>Tłuszcz [g] 84,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 264,1<br>w tym cukry [g] 43<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 4 831,5     |
| 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>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 pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao b/c 250 ml<br>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Słupki z marchewki + 100 g | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 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                                           | 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>Sałata 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                              | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 889,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,4<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 210,3<br>w tym cukry [g] 43<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 4 040,3   |

2026-01-20 wtorek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. lek. kostrawna | 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Kakao b/c 250 ml                         | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                               | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 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 | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata 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>Szyńka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<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 | Buraki gotowane słupki + 100 g                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 693<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,1<br>Tłuszcz [g] 69<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 199,4<br>w tym cukry [g] 41,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 4 001,2     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. nerkowa        | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Słupki z marchewki + 50 g                                | Krupnik jęczmienny + 100 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ryż na sypko 150 g<br>Filet z kurczaka gotowany w ziołach (bez soli) 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Surówka Coleslaw + 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )                                                                                                                                                 | 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 gotowany (bez soli) 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                 | Buraczki gotowane (bez soli) 100 g                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 640<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 61,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 185,8<br>w tym cukry [g] 40,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,3<br>Sód [mg] 3 485       |
| GD- UCK Płynna                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka bulka tł rośl 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> ) | Krupnik jęczmienny + z mięsem wp. 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>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                        | Zupa selerowa z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                          | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 692,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,1<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 346<br>w tym cukry [g] 131,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3<br>Sód [mg] 4 421,7 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka na nap. sojowym bulka tł rośl 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> )       | Krupnik jęczmienny + z mięsem wp. 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>Kasza manna na mleku sojowym 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )                                                                                                    | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                   | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,7<br>Tłuszcz [g] 75,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 339,1<br>w tym cukry [g] 96,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,8<br>Sód [mg] 3 600,4  |

2026-01-20 wtorek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 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>Pulpet z kurczaka + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa selerowa z ziemniakami + 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + puree 100 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] 2 044,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 258,5<br>w tym cukry [g] 59,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,3<br>Sód [mg] 3 914,1 |
| GD- UCK 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 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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 zielona 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] 1 936,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,7<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 239<br>w tym cukry [g] 51,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 3 454,9   |
| 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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 na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 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] 1 954,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,7<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 244,7<br>w tym cukry [g] 54,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 3 498,1 |
| GD- UCK Trzuskowa              | 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: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                             |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 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] 1 635,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,9<br>Tłuszcz [g] 33,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,5<br>Węglowodany ogółem [g] 260<br>w tym cukry [g] 68,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 576,7    |
| GD- UCK Lekko strawna          | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 1 967,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,1<br>Tłuszcz [g] 71,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 253,1<br>w tym cukry [g] 64<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,4<br>Sód [mg] 3 530,7   |

2026-01-20 wtorek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 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 pomidorowy + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                     | Słupki z marchewki + 150 g                                                        | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera z rodzynkami + 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) | 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 30 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml        | Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 445<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,2<br>Tłuszcz [g] 50,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7<br>Węglowodany ogółem [g] 188,5<br>w tym cukry [g] 53,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br>Sód [mg] 3 651,6  |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<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 ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                  |                                                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata zielona 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] 1 761,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87<br>Tłuszcz [g] 49,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1<br>Węglowodany ogółem [g] 254,2<br>w tym cukry [g] 65,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 523,9    |
| GD- UCK Niskosodowa               | 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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                        |                                                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany w ziolach (bez soli) 100 g<br>Sos brokułowy- 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastyry + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                  | Pomidor 50 g                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2<br>Węglowodany ogółem [g] 277,4<br>w tym cukry [g] 70,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,6<br>Sód [mg] 3 149,9 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 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>Twarożek pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 353,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 82,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 305,8<br>w tym cukry [g] 81,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 702,9 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkostrawna    | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                     |                                                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEĆZ.</u> )<br>Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* BM 350 g ( <u>JAJ, SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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 jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 120,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,1<br>Tłuszcz [g] 89,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 267,7<br>w tym cukry [g] 73,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,9<br>Sód [mg] 3 056  |

2026-01-20 wtorek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkłowa                  | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 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>Twarożek pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                 |                                                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</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] 1 796,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,9<br>Tłuszcz [g] 70,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>Węglowodany ogółem [g] 213,1<br>w tym cukry [g] 45,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,5<br>Sód [mg] 2 131,3 |
| GD- UCK Niskoreszkłowa 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 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                   | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</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] 1 845,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89<br>Tłuszcz [g] 75,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 209,3<br>w tym cukry [g] 42,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,2<br>Sód [mg] 2 406,8   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 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>Twarożek pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wafle ryżowe 30 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 467,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,3<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 329,7<br>w tym cukry [g] 82,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 702,9  |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka maślana 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>Twarożek pomidorowy + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JECZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wafle ryżowe 30 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>Pasta z jaj z natką pietruszki + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 467,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,3<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 329,7<br>w tym cukry [g] 82,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 702,9  |

2026-01-20 wtorek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Serek wiejski bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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 zielona 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] 1 768,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,2<br>Tłuszcz [g] 63,7<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6<br>Węglowodany ogółem [g] 239<br>w tym cukry [g] 51,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 3 191,6   |
| GD- UCK Niskodowowa z ograniczeniem płynów | 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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kakao z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> ) |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JĘCZ.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Filet z kurczaka gotowany w ziolach (bez soli) 100 g<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g                                                                                            |  | 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 + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml<br>Jogurt kremowy - Fantasia 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                    | Pomidor 50 g                                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 034<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,1<br>Tłuszcz [g] 63,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1<br>Węglowodany ogółem [g] 264,3<br>w tym cukry [g] 57,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,6<br>Sód [mg] 3 004,2  |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | 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. 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek pomidorowy + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )   |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JĘCZ.</u> )<br>Zapiekanka z ziemników i warzyw* BM 350 g ( <u>JAJ. SEL.</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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 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] 1 644<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,4<br>Tłuszcz [g] 56,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 239,4<br>w tym cukry [g] 69,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 3 078,4   |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | 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>Twarożek pomidorowy + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Kakao z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE.</u> )  |  | Krupnik jęczmienny + 250 g ( <u>SOJ. SEL. GLU JĘCZ.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos brokułowy- dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SOJ.</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>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 206,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,1<br>Tłuszcz [g] 88,1<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5<br>Węglowodany ogółem [g] 273,4<br>w tym cukry [g] 56,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,7<br>Sód [mg] 4 439,7 |

|                   |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-20 wtorek | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa fasolowa z kielbasą + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 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>Sos pieczeniowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOZ,</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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Gulasz curry z kurczaka z warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Surówka z selera z rodzynkami + 200 g ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 001,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 232,7<br>w tym cukry [g] 42,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,6<br>Sód [mg] 4 649,4  |
|                   | 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>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 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Kociolek z kurczaka meksykański + 200 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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                                                                                       | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 121,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105<br>Tłuszcz [g] 64,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 287,8<br>w tym cukry [g] 54,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 2 503,5   |
|                   | 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>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 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Dorsz panierowany smażony 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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                                                                                       | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,2<br>Tłuszcz [g] 74,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8<br>Węglowodany ogółem [g] 257,5<br>w tym cukry [g] 44,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4<br>Sód [mg] 3 668,7 |
|                   | 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>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                                                                                       | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Marchew 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL,</u> )<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] 2 174,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 60,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 319,6<br>w tym cukry [g] 80,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 044,6    |



2026-01-21 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>Pasta z fasoli z cebulką + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez saszetka 12 ml 1 szt ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                        | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL.</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>Twarożek makowy + 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>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 092,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,4<br>Tłuszcz [g] 86,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8<br>Węglowodany ogółem [g] 258,2<br>w tym cukry [g] 54,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,4<br>Sód [mg] 2 932,8  |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Płatki kukurydziane na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>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>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>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Kisiel o smaku cytrynowym 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>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                                                                             | Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 409,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,1<br>Tłuszcz [g] 69,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 358,1<br>w tym cukry [g] 106,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 3 075,2 |
| 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<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>Brokuł gotowany + 50 g     | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku cytrynowym 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 459,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br>Węglowodany ogółem [g] 346,7<br>w tym cukry [g] 106,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 3 104,5   |
| 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>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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                               |                                                                                                                                        | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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                                                                                    | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 379,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,6<br>Tłuszcz [g] 79,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8<br>Węglowodany ogółem [g] 298,1<br>w tym cukry [g] 59,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 3 198,4   |

2026-01-21 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>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>Pomidor b/skórki 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt   | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Marchew gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Budyń o smaku czekoladowym 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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         | Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 446,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,6<br>Tłuszcz [g] 60,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 363,7<br>w tym cukry [g] 99,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3<br>Sód [mg] 3 326,4 |
| GD- UCK Z ogr. łańwo przy.węglu, dziecięca     | Kefir 2.0% 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>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 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml  | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 30 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż brązowy + 150 g<br>Kociolek z kurczaka meksykański + 200 g ( <u>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 15 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 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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Jabłko 1 szt 1 szt                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5<br>Tłuszcz [g] 92,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4<br>Węglowodany ogółem [g] 256,1<br>w tym cukry [g] 45,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,5<br>Sód [mg] 3 760,5 |
| 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                   | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 437,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,5<br>Tłuszcz [g] 60,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8<br>Węglowodany ogółem [g] 370,9<br>w tym cukry [g] 94,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,3<br>Sód [mg] 3 118,9 |
| 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>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              | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                   | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Marchew gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Kisiel o smaku cytrynowym 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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] 2 435,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102<br>Tłuszcz [g] 61,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 381,3<br>w tym cukry [g] 110,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 3 108,3  |

2026-01-21 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>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>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                 | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryz biały + 100 g<br>Potrawka z kurczaka + 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g<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 słupki + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                      | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 240,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,4<br>Tłuszcz [g] 32,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 176<br>w tym cukry [g] 30,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,9<br>Sód [mg] 1 531,3    |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 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 + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                            | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                 | 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<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 110,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,2<br>Tłuszcz [g] 74,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 276,9<br>w tym cukry [g] 84,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,6<br>Sód [mg] 2 262,2    |
| 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>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 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                                 | 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 | 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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       | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 512,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7<br>Tłuszcz [g] 88,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7<br>Węglowodany ogółem [g] 337,9<br>w tym cukry [g] 88,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 2 593,1 |
| 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 1 szt. 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                        | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | 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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 1 szt. 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 520,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,3<br>Tłuszcz [g] 80<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8<br>Węglowodany ogółem [g] 328,2<br>w tym cukry [g] 68,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 3 293,8   |

2026-01-21 środa

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | Zacierka na napój sojowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )<br>Bułka 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>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                 | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                      | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Marchew gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml                                                                                                  | 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 z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <b>SEL.</b> )<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] 2 573,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,2<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2<br>Węglowodany ogółem [g] 371,7<br>w tym cukry [g] 98,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 3 122,9   |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                    | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <b>SEL.</b> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Marchew gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Dynia na parze + 1 szt. 100 g                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 156,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,1<br>Tłuszcz [g] 88,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 241,5<br>w tym cukry [g] 40,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,6<br>Sód [mg] 4 142,3 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. bez insuliny        | Kefir 2.0% 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Rzodkiew biała 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                            | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ryż brązowy + 150 g<br>Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g ( <b>MLE.</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 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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 790,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3<br>Tłuszcz [g] 77,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 203,3<br>w tym cukry [g] 35,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,9<br>Sód [mg] 3 359,7  |

2026-01-21 środa

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. z insulinią  | Kefir 2.0% 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Rzodkiew biała 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                    | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ryż brązowy + 150 g<br>Kociołek z kurczaka meksykański + 200 g ( <b>MLE</b> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> )<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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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         | Jabłko 1 szt 1 szt     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 147<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,8<br>Tłuszcz [g] 101,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4<br>Węglowodany ogółem [g] 228,3<br>w tym cukry [g] 51,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,6<br>Sód [mg] 4 268,2 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. z ogr. tł    | Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                          | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata lodowa 10 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Marchew gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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    | Dynia na parze + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,4<br>Tłuszcz [g] 79,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 249,2<br>w tym cukry [g] 59,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 3 762 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa | Kefir 2.0% 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 Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                    | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka (bez glutenu) + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <b>MLE</b> )<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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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 | Jabłko 1 szt 1 szt     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 107,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94<br>Tłuszcz [g] 87,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3<br>Węglowodany ogółem [g] 249<br>w tym cukry [g] 61,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 4 287,2    |

|                  |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa | 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                       | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                                   | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Kiwi 1 szt 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 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 z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                | Jabłko 1 szt 1 szt           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 970,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,4<br>Tłuszcz [g] 75,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 224,5<br>w tym cukry [g] 56,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 33<br>Sód [mg] 4 680,3   |
|                  | GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, papkowata      | Kefir 2.0% 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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                       | Brokuł gotowany + puree 150 g                                                                                                             | Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Potrawka z kurczaka + rozdrobniona 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Serek śmietankowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt                                 | 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 - Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Buraki gotowane súpki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Dynia na parze + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 93,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,4<br>Węglowodany ogółem [g] 264,6<br>w tym cukry [g] 62,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,5<br>Sód [mg] 5 733,6 |
|                  | GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, bogatobiałkowa | Kefir 2.0% 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>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 200 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                           | Jabłko 1 szt 1 szt           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 251,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,8<br>Tłuszcz [g] 88,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43<br>Węglowodany ogółem [g] 256,8<br>w tym cukry [g] 59,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4<br>Sód [mg] 4 011,4   |

2026-01-21 środa

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. lek.kostrawna | Kefir 2.0% 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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                      | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 200 g<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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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 | Jabłko 1 szt 1 szt                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 101,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,7<br>Tłuszcz [g] 82,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7<br>Węglowodany ogółem [g] 253,3<br>w tym cukry [g] 61,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 4 322,5 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa       | Kefir 2.0% 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>Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                      | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                      | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 200 g<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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka (bez soli) 50 g<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] 2 021,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5<br>Węglowodany ogółem [g] 251,6<br>w tym cukry [g] 49,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,4<br>Sód [mg] 4 082,6    |
| GD- UCK Płynna                                | Zupa zacierka na mleku, bulka, jajko, tł MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                | 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 czekoladowym z/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                                                                                                                                                                                         | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 614,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128<br>Tłuszcz [g] 83,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 346,8<br>w tym cukry [g] 138<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,4<br>Sód [mg] 5 127,7    |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka, bulka, jajko, nap. sojowy MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> )                                                                                                                                                                                                                                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ</u> )       | 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 czekoladowym na nap. sojowym z/c 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> )                                                                                                                                                                                  | Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 600<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8<br>Węglowodany ogółem [g] 341,9<br>w tym cukry [g] 100,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,4<br>Sód [mg] 4 161,5    |

2026-01-21 środa

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata             | Zacierka 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 ze schabu w ziołach + 50 g<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                                           |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Potrawka z kurczaka + rozdrobniona 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Marchewkowa z ziemniakami* 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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL.</u> )<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] 2 267,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,2<br>Tłuszcz [g] 80,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5<br>Węglowodany ogółem [g] 296,2<br>w tym cukry [g] 75,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,1<br>Sód [mg] 4 692,9 |
| GD- UCK Bezmleczna            | 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                  |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 248,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,7<br>Tłuszcz [g] 67,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 309,2<br>w tym cukry [g] 64,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 055,2   |
| GD- UCK Łatwostawna b/mleczna | 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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] 2 244,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 67,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 312,6<br>w tym cukry [g] 67,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 3 028,2 |
| GD- UCK Tzusiłkowa            | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka 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 súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                              |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                         |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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] 1 950,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99<br>Tłuszcz [g] 36<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6<br>Węglowodany ogółem [g] 319,4<br>w tym cukry [g] 80,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 037,1      |
| GD- UCK Lekko 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>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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                             | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 214,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,3<br>Tłuszcz [g] 66,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3<br>Węglowodany ogółem [g] 296,5<br>w tym cukry [g] 57,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 3 071,5   |



2026-01-21 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>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>Rzodkiew biała 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                | Brokuł gotowany + 150 g                                                                                                         | Zupa koperkowa z ziemniakami + 200 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Potrawka z kurczaka + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                              | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 411,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,6<br>Tłuszcz [g] 48,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7<br>Węglowodany ogółem [g] 179<br>w tym cukry [g] 28,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,1<br>Sód [mg] 3 077,4 |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | 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>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>Pomidor b/skórki 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Marchew 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 089<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 52,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 315,7<br>w tym cukry [g] 80,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,8<br>Sód [mg] 2 978,3 |
| GD- UCK Niskosodowa               | 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>Pasta z groszku zielonego b/ml 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                                                      |                                                                                                                                 | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                     | Wafle ryżowe 30 g                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2<br>Węglowodany ogółem [g] 320<br>w tym cukry [g] 49,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 2 536,6 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | 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>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>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 664<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,6<br>Tłuszcz [g] 84,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3<br>Węglowodany ogółem [g] 342,1<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 660,7  |
| GD- UCK Beźniewna lekkostrawna    | 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>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>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                |                                                                                                                                 | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennej pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 070,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6<br>Tłuszcz [g] 76,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 269,3<br>w tym cukry [g] 59,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 21<br>Sód [mg] 2 675,3 |

2026-01-21 środa

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkikowa                  | 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                                                                                            |                                                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<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] 1 965,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 268,1<br>w tym cukry [g] 55,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,9<br>Sód [mg] 1 803,1    |
| GD- UCK Niskreszkikowa bezmleczna       | 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 70 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                      |                                                                                                                                                              | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka + 80 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] 2 063,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,3<br>Tłuszcz [g] 67,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8<br>Węglowodany ogółem [g] 264,1<br>w tym cukry [g] 50,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,1<br>Sód [mg] 2 314,8 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa 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>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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g<br>Chrupki kukurydziane 30 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 772,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 147,3<br>Tłuszcz [g] 85,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4<br>Węglowodany ogółem [g] 365,8<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 722,5     |
| 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>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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany + 50 g<br>Chrupki kukurydziane 30 g | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 772,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 147,3<br>Tłuszcz [g] 85,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4<br>Węglowodany ogółem [g] 365,8<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 722,5     |

2026-01+21 środa

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                   |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 248,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,7<br>Tłuszcz [g] 67,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 309,2<br>w tym cukry [g] 64,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 055,2   |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Zacierka na mleku 150 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 groszku zielonego b/ml 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 100 ml                                                              |  | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g                                           |  | 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 śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                          | Wafle ryżowe 30 g                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 019,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,4<br>Tłuszcz [g] 59,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 298,3<br>w tym cukry [g] 35<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 2 399,7    |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | 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 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       |  | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Serek śmietankowy naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 640,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,2<br>Tłuszcz [g] 50,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6<br>Węglowodany ogółem [g] 237,4<br>w tym cukry [g] 46,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 2 290,4    |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | 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>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 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż brązowy + 250 g<br>Potrawka z kurczaka + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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 | Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 407,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 90,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4<br>Węglowodany ogółem [g] 297,4<br>w tym cukry [g] 51,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 45,2<br>Sód [mg] 3 651,3 |

|                  |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-21 środa | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Kociolek z kurczaka meksykański + 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kiwi 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Dorsz panierowany smażony 120g + 2 [Por] x 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 080,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112<br>Tłuszcz [g] 68,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 263,2<br>w tym cukry [g] 38,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 3 925,2  |
|                  | 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 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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Udko z kurczaka pieczone + 150 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 957,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8<br>Tłuszcz [g] 74,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 234,9<br>w tym cukry [g] 64<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,3<br>Sód [mg] 3 553,6   |
|                  | 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 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>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Seler gotowany + 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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 027,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 275,2<br>w tym cukry [g] 61,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 2 873,2 |
|                  | 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 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> )                                            |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>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>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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 893,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100<br>Tłuszcz [g] 58,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 252,9<br>w tym cukry [g] 59,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 3 781,7  |

2026-01-22, czwartek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Vegetariańska                                     | 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>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennej pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 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 JECZ.</u> ) |                                                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Racuchy z mozzarellą + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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>Pasta z fasoli z cebulką + 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 487,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94<br>Tłuszcz [g] 108,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9<br>Węglowodany ogółem [g] 290,6<br>w tym cukry [g] 73,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,4<br>Sód [mg] 2 656,4  |
| 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jabiko 1 szt 1 szt                             | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Galaretki jogurtowa smaku cytrynowym 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 050,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4<br>Tłuszcz [g] 64,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 280,2<br>w tym cukry [g] 64,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,7<br>Sód [mg] 3 747,7 |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Chleb bezglutenowy 200 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<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>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                         | Galaretki o smaku cytrynowym 200 g                         | Chleb bezglutenowy 90 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 368,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,8<br>Tłuszcz [g] 82<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 327,2<br>w tym cukry [g] 51,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 40<br>Sód [mg] 3 927,8     |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | 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% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 80 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 JECZ.</u> )                                                                                       |                                                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                      |                                                            | Bulka pszenka 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>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 1 979,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 65,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4<br>Węglowodany ogółem [g] 250<br>w tym cukry [g] 57,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 3 807,4    |

2026-01-22 czwartek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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<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>Dynia na parze + 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>Szynka od Zduna-wędzonka<br>wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sałata lodowa 10 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt            | Galaretką jogurtowa smaku cytrynowym 200 g ( <u>MLE.</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>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 2 187,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,9<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>Węglowodany ogółem [g] 300<br>w tym cukry [g] 63,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 4 039,7   |
| GD- UCK Z ogr. łańwo przy.węglu, 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<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>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                           | Chrupki kukurydziane 50 g<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Rzodkiew biała 100 g                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 959,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 235,7<br>w tym cukry [g] 44,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,8<br>Sód [mg] 4 469,4 |
| GD- UCK Beznleczna dziecięca                   | 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>Dżem 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                    | Wafle ryżowe 30 g                                                                                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt         | Mandarynka 1 szt                                                                                                                                    | 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 1 978,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8<br>Węglowodany ogółem [g] 277<br>w tym cukry [g] 66,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5<br>Sód [mg] 3 811,6      |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca                | 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>Dynia na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<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] 2 089,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 62,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 289,1<br>w tym cukry [g] 96,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br>Sód [mg] 4 251,3 |

|                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | GD- UCK Dzieci 1-3 lat           | Kasza manna na mleku 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u> )                              | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL,</u> )<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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                          | Mus drugie śniadanie jabłko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 289,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,5<br>Tłuszcz [g] 33,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7<br>Węglowodany ogółem [g] 171,8<br>w tym cukry [g] 71,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,3<br>Sód [mg] 2 697,8  |
|                     | GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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>Serek wiejski z ziołami + 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> )                                                                    | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g<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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml  | Mus drugie śniadanie jabłko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 650,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,9<br>Tłuszcz [g] 54,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6<br>Węglowodany ogółem [g] 210,3<br>w tym cukry [g] 83,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,5<br>Sód [mg] 3 477,9  |
|                     | GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | 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>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 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> )  | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g<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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 064,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7<br>Tłuszcz [g] 66,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 277,7<br>w tym cukry [g] 94,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,1<br>Sód [mg] 3 892,6 |
|                     | GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | 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% 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 150g 1 szt ( <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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Mandarynka 1 szt                             | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Seler gotowany + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Kalafior gotowany + 50 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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 270<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,1<br>Tłuszcz [g] 73,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 292,2<br>w tym cukry [g] 65,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 3 983,4   |
|                     | 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>Szynkowa dębowa<br>kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Dyńia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                              | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL,</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL,</u> )<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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g<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] 2 198,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 71,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6<br>Węglowodany ogółem [g] 295,2<br>w tym cukry [g] 86<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 4 268,8     |

2026-01-22 czwartek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<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 mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 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] 2 122,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,4<br>Tłuszcz [g] 90,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 222,3<br>w tym cukry [g] 46,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 40,9<br>Sód [mg] 4 802,9 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. 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 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>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                            | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Rzodkiew biała 100 g             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 487,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7<br>Tłuszcz [g] 58,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 168,6<br>w tym cukry [g] 40,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 4 059,6  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. 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 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>Pomidor 130 g<br>Sałata 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> )                                                        | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                       | Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kalafior gotowany + 100 g                                                           | 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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Rzodkiew biała 100 g             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 816<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8<br>Tłuszcz [g] 79,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1<br>Węglowodany ogółem [g] 186,7<br>w tym cukry [g] 43,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,3<br>Sód [mg] 4 459,6 |



2026-01-22 czwartek

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. z ogr. tł    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<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.</b> )<br>Pomidor b/skórki 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 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.</b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Dynia 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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pasta warzywna + 150 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 662,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 50,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3<br>Węglowodany ogółem [g] 217,5<br>w tym cukry [g] 49,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 3 893,1  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. bezglutenowa | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                 | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Salata lodowa 10 g    | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Dynia na parze + 50 g              | 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>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                       | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 799,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,5<br>Tłuszcz [g] 73,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br>Węglowodany ogółem [g] 184,8<br>w tym cukry [g] 32,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7<br>Sód [mg] 4 294,9 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęglo. białeczna    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <b>SEL.</b> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Salata lodowa 10 g | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Dynia na parze + 50 g           | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                              | Kalafior gotowany + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 887,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,2<br>Tłuszcz [g] 76,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7<br>Węglowodany ogółem [g] 192,9<br>w tym cukry [g] 30,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,3<br>Sód [mg] 4 689,1 |

2026-01-22 czwartek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml              | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 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>Schab gotowany + rozdrobniony 100 g<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + puree 50 g | Zupa pomidorowa z ryżem + mix 200 g ( <u>SOJ. 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 warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <u>SEL. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Kalafior gotowany + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 806,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5<br>Tłuszcz [g] 60,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 234,1<br>w tym cukry [g] 55<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,4<br>Sód [mg] 4 884,2   |
| 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 1 szt                  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<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>Dynia na parze + 50 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 z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                              | Kalafior gotowany + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 731,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 59,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 206,7<br>w tym cukry [g] 42<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,7<br>Sód [mg] 4 263,3   |
| 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Mandarynka 1 szt<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<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>Dynia na parze + 50 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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                              | Kalafior gotowany + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 663,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 56,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 204,5<br>w tym cukry [g] 40,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,5<br>Sód [mg] 4 212,8 |

2026-01-22 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK z ogr. łatwo przyw. węgl. | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* (bez soli) 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Ryżowa (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                   | Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Kalafior gotowany + 100 g                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Twarożek z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                             | Rzodkiew biała 100 g                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 778,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,5<br>Tłuszcz [g] 69,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 198,2<br>w tym cukry [g] 38,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 31<br>Sód [mg] 3 477,4    |
| GD- UCK Płynna                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron bulka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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> )         | Zupa pomidorowa z ryżem + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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] 2 701,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,2<br>Tłuszcz [g] 82<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 354,6<br>w tym cukry [g] 137,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,6<br>Sód [mg] 4 491,5   |
| GD- UCK Płynna bezmleczna         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron bulka tł rośl jajko n/sojowy 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 MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Mus drugie śniadanie jabłko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 753,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140,6<br>Tłuszcz [g] 91,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7<br>Węglowodany ogółem [g] 347,8<br>w tym cukry [g] 115,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,1<br>Sód [mg] 3 667,4 |
| GD- UCK Papkowata                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 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>Schab gotowany + rozdrobniony 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                          | Zupa pomidorowa z ryżem + 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% 10 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>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 100 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Mus drugie śniadanie jabłko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 757,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,5<br>Tłuszcz [g] 46,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 266<br>w tym cukry [g] 65,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 4 017,2     |
| GD- UCK Bezmleczna                | 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>Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            |                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 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>Szynka od Zduna-wędzonka<br>wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 1 851,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>Węglowodany ogółem [g] 233,9<br>w tym cukry [g] 48,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 3 788,2   |

|                     |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Dżem 50 g<br>Dyńia 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>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 937,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9<br>Tłuszcz [g] 63,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 255,2<br>w tym cukry [g] 68,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 3 861,6 |
|                     | GD- UCK Truskiewa                 | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 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> )                                                                                                                               |                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                       | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 649,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,6<br>Tłuszcz [g] 32,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,2<br>Węglowodany ogółem [g] 250,7<br>w tym cukry [g] 59,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 3 830,3  |
|                     | 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 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> )      |                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>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>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 z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 837<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6<br>Tłuszcz [g] 54,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 247,8<br>w tym cukry [g] 56,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 3 754,4   |
|                     | 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                   | Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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 od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 312,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,5<br>Tłuszcz [g] 36,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6<br>Węglowodany ogółem [g] 184,3<br>w tym cukry [g] 74,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 3 583,8 |
|                     | GD- UCK Wtrobował 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> ) |                                               | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Mus drugie śniadanie jablko, banan, cukinia, szpinak, kiwi 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 755,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 44,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7<br>Węglowodany ogółem [g] 247,9<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 3 739,5 |

2026-01-22 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskosodowa               | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* (bez soli) 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                         |                                                                                                                              | Ryżowa (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy 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>Schab gotowany + 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 079,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,5<br>Tłuszcz [g] 65,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 280,9<br>w tym cukry [g] 83,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 2 931,7 |
| 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 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> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kalafor gotowany + 50 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Mandarynka 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 z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 2 212<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,6<br>Tłuszcz [g] 63,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5<br>Węglowodany ogółem [g] 293,6<br>w tym cukry [g] 68,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 4 203,4   |
| GD- UCK Bezmięsna 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>Serek wiejski z ziołami + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                                            |                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 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>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 2 159,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,5<br>Tłuszcz [g] 61,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 329,4<br>w tym cukry [g] 102,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 2 362,3 |
| GD- UCK Niskoresztkowa            | Bulka 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 osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski z ziołami + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                    |                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Seler gotowany + 75 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>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</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] 1 642,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97<br>Tłuszcz [g] 47,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 212,1<br>w tym cukry [g] 40<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,3<br>Sód [mg] 2 755          |
| GD- UCK Niskoresztkowa bezmleczna | 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>Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                               |                                                                                                                              | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Seler gotowany + 75 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</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] 1 814,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102<br>Tłuszcz [g] 66<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4<br>Węglowodany ogółem [g] 210,3<br>w tym cukry [g] 38,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,8<br>Sód [mg] 3 062,2     |

2026-01-22 czwartek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogato białkowa 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 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 JECZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kalafor gotowany + 50 g<br>Wafle ryżowe 30 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Mandarynka 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 z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 325,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 63,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 317,5<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 4 203,4   |
| 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek homo. naturalny 80 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 JECZ.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Kalafor gotowany + 50 g<br>Wafle ryżowe 30 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Mandarynka 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 z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 2 325,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,1<br>Tłuszcz [g] 63,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 317,5<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 4 203,4   |
| 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Serek wiejski bez laktozy 200 g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                              |                                                                                                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Salata zielona 20 g<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] 1 971,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,8<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 235,5<br>w tym cukry [g] 50,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 3 591,3 |
| 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 wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* (bez soli) 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )                                         |                                                                                                                                                   | Ryżowa (bez mleka)* 250 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surowka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 150 g                                  |                                                                                                                                                      | 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>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Siupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 009,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 268,2<br>w tym cukry [g] 72<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 2 837,4   |

|                     |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-22 czwartek | GD- UCK Niskobiałkowa          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                         | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 1 876,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,8<br>Tłuszcz [g] 41,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 319,6<br>w tym cukry [g] 99,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,5<br>Sód [mg] 1 975,8 |
|                     | GD- UCK Bogatobłonnikowa       | Chleb razowy żytnio-pszenny 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>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>Serek wiejski z ziołami + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 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>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br>Sałata zielona 20 g<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] 1 849,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 249,2<br>w tym cukry [g] 65,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,7<br>Sód [mg] 4 433,1     |
|                     | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c + 200 g<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% 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Sałata zielona 20 g<br>Makaron spaghetti + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos boloński z wieprzowiną + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kalańior gotowany + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 095,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4<br>Węglowodany ogółem [g] 287,3<br>w tym cukry [g] 44<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,1<br>Sód [mg] 4 617,5 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2026-01-23 piątek   | GD- UCK Podstawowa             | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z minuny 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>RYB.</u> <u>SOJ.</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.</u> <u>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>Ogórek kiszony 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] 2 171,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9<br>Tłuszcz [g] 69,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 291,1<br>w tym cukry [g] 91,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 2 869,5 |
|                     | GD- UCK Podstawowa I           | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Domowa czekośliwka + 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>OZI.</u> <u>MLE.</u> <u>ORZ.</u> <u>SEZ.</u> )<br>Gruszka 1szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Papryka faszerowana z mięsem drobiowym i warzywami + 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <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.</u> <u>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>Ogórek kiszony 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] 1 955,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2<br>Tłuszcz [g] 65,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8<br>Węglowodany ogółem [g] 250,7<br>w tym cukry [g] 96,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 2 840   |

2026-01-23 piątek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo strawna           | 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>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 pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 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] 2 338,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4<br>Tłuszcz [g] 71,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 322,8<br>w tym cukry [g] 119<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 794,4   |
| 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>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>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 pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Kotleciki kukiniowe smażone + 3 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g ( <u>MLE,</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 pszenno-żytni 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>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>Ogórek kiszony 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] 2 226<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,7<br>Tłuszcz [g] 84,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8<br>Węglowodany ogółem [g] 302<br>w tym cukry [g] 107,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,5<br>Sód [mg] 2 888,5    |
| 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      | Wafle ryżowe 50 g | Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt     | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | 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 osl.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, 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] 2 638,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 77,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 383,2<br>w tym cukry [g] 143,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 3 689,5 |
| 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Wafle ryżowe 30 g | Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) (bez mleka) () 250 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | 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 osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane 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] 2 543<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 360,2<br>w tym cukry [g] 128,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 32<br>Sód [mg] 3 281,3    |



|                   |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-23 piątek | GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | 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% 20 g ( <u>MLE,</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                              |                                                                                                                                                                       | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</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>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ, 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] 2 595,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1<br>Węglowodany ogółem [g] 348,6<br>w tym cukry [g] 143,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 787,5 |
|                   | GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr.ituszczu- dzieci             | 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% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>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                                                           | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ,</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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 80 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<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] 2 474,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8<br>Tłuszcz [g] 61,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 364,8<br>w tym cukry [g] 144,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6<br>Sód [mg] 3 824,6   |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. dziecięca                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Słupki z marchewki + 50 g                                   | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Paluszki rybne 120 g ( <u>GLU PSZ, RYB,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  | Bukiet warzyw gotowanych + 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Brukselka gotowana + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 011,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,7<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 221,7<br>w tym cukry [g] 39,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,5<br>Sód [mg] 4 004,5  |

2026-01-23 piątek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca    | Kasza manna 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                              | Stupki z marchewki + 100 g       | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 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 osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane 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] 2 479,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,1<br>Tłuszcz [g] 72,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>Węglowodany ogółem [g] 352,4<br>w tym cukry [g] 137,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5<br>Sód [mg] 3 923,1 |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca | 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>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                                                              | Marchew talarki gotowane + 100 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Bulka 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>Jajko gotowane kl M na miękko 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] 2 474<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 355,8<br>w tym cukry [g] 146,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 4 104,6       |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Kasza manna 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Domowa czekośliwka + 30 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, ORZ, SEZ.</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                   | Marchew talarki gotowane + 50 g  | Zupa pomidorowa z makaronem + 100 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 506,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 44,2<br>Tłuszcz [g] 40,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,8<br>Węglowodany ogółem [g] 245,9<br>w tym cukry [g] 132,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,2<br>Sód [mg] 2 175,6  |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Kasza manna na mleku 250 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>Ser wędzony 30 g ( <u>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 czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Słupki z marchewki + 100 g                       |                                  | Zupa pomidorowa z makaronem + 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 150 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 60 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 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 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] 1 833,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,9<br>Tłuszcz [g] 56,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 270,9<br>w tym cukry [g] 121,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,7<br>Sód [mg] 1 952,6  |
| 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>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>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 | Stupki z marchewki + 100 g       | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 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] 2 583<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,1<br>Tłuszcz [g] 87,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 367,2<br>w tym cukry [g] 144,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,1<br>Sód [mg] 2 345,1    |

2026-01-23 piątek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 30 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>Dżem 25 g 2 szt<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>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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt                                                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<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] 2 485,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9<br>Węglowodany ogółem [g] 357,4<br>w tym cukry [g] 137,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 2 943,6   |
| 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                          | Biszkopty b/ml 1 szt. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                    | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt                                                                                                | 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<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] 2 645,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,3<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 395,6<br>w tym cukry [g] 147,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 382,9   |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przyw. 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 1 szt. 50 g<br>Seler gotowany + 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 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>Pasta mięsno-warzwna. z mięsa drobiowego z udźca* 1 szt. 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet jarzyn gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL,</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 988,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,3<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 224,3<br>w tym cukry [g] 53,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 3 905,9   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węglo. bez insuliny        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 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>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                        | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</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 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 ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      | Brukselka gotowana + 100 g                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 647,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 65,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 170,5<br>w tym cukry [g] 27,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,5<br>Sód [mg] 3 259,2 |

2026-01-23 piątek

|                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulinią            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Ser wędzony 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Słupki z marchewki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Hummus + 100 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Rzodkiew biała 150 g                                                                                                                                  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Bukiet warzyw gotowanych + 150 g                                                                                                          | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Brukselka gotowana + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 880,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111<br>Tłuszcz [g] 72,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 204,5<br>w tym cukry [g] 39,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,7<br>Sód [mg] 4 058,8   |
| 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>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Seler gotowany + 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>Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Salata zielona 10 g         | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<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>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 665,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5<br>Tłuszcz [g] 50<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 210,7<br>w tym cukry [g] 40,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br>Sód [mg] 3 400,4 |
| 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>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>Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Salata zielona 10 [Por] x 10 g | Zupa pomidorowa z makaronem (bez glutenu) + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Salatka z kalafiora, oliwy i koperku + 150 g                               | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 896<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 76,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 214,8<br>w tym cukry [g] 50,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,2<br>Sód [mg] 3 641,8 |

2026-01+23 piętek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g                   | Zupa pomidorowa z makaronem (bez mleka) + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka z kalafiora, oliwy i koperku + 150 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>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                         | Pomidor 100 g                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 857,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,2<br>Tłuszcz [g] 74,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 205,9<br>w tym cukry [g] 45,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 3 721,3 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Jabiko 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>Miruna na parze 100g + rozdrobniona 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Koperkowa z ryżem * mix 200 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<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 koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>pasta - Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Buraki gotowane słupki + puree 100 g | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 020,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 75,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 239,1<br>w tym cukry [g] 56,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 3 587,4 |
| 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>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 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 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka z kalafiora, oliwy i koperku + 150 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                            | Pomidor 100 g                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 895,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 215,5<br>w tym cukry [g] 46,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 3 514,8 |

2026-01+23 piętek

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 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 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                             | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Salatka z kalafiora, oliwy i koperku + 150 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 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>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor 100 g                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 895,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 215,5<br>w tym cukry [g] 46,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 3 514,8 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa       | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 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>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* (bez soli) 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Hummus (bez soli) 100 g ( <u>SEZ.</u> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                                                                                                           | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</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 | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Salatka z kalafiora ,oliwy i koperku 150 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 20 g                                               | Bruselka gotowana + 100 g                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 243,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,2<br>Tłuszcz [g] 95,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 243,9<br>w tym cukry [g] 28,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,5<br>Sód [mg] 3 401,8 |
| GD- UCK Płynna                                | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa z płatkami jaglanymi bulka tł rośl 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> )                                                                                   | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Zupa pomidorowa z makaronem + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )                                                                                                                                                                             | 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>Koperkowa z makaronem * z mięsem dr. Mix 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )                                                                                                                                                                                 | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 689,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,9<br>Tłuszcz [g] 83,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 345,6<br>w tym cukry [g] 135,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,2<br>Sód [mg] 3 988  |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa z płatkami jaglanymi bulka tł rośl jajko n/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 pomidorowa z makaronem (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                      | Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Koperkowa z makaronem (bez mleka)* z mięsem dr. Mix 500 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Sok marchwiowy 200 ml                                                                                                                                                  | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 755,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,6<br>Tłuszcz [g] 90,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3<br>Węglowodany ogółem [g] 348,5<br>w tym cukry [g] 109<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9<br>Sód [mg] 3 116,1  |

2026-01-23 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                     |  | Zupa pomidorowa z makaronem + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Miruna na parze 100g + rozdrobniona 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Koperkowa z ryżem * mix 200 ml ( <u>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 - Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 457,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103<br>Tłuszcz [g] 71,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3<br>Węglowodany ogółem [g] 354,4<br>w tym cukry [g] 140,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,3<br>Sód [mg] 3 880,8   |
| 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<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>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 kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 344,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>Węglowodany ogółem [g] 319,6<br>w tym cukry [g] 109,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 3 618,5 |
| GD- UCK Łatwostrawna 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<br>Dyńia na parze + 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 kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 344,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6<br>Tłuszcz [g] 72,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 333,6<br>w tym cukry [g] 124,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 3 414,4  |
| 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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>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 pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 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 1 szt<br>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 214,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,7<br>Tłuszcz [g] 58<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 324,1<br>w tym cukry [g] 120,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23<br>Sód [mg] 3 732,4     |
| 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                         |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</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>Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 394,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 69,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 347,6<br>w tym cukry [g] 142,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 775,4  |

2026-01-23 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>Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki z marchewki + 50 g | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g                 | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                            | Brukselka gotowana + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 360,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85<br>Tłuszcz [g] 40,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6<br>Węglowodany ogółem [g] 181,9<br>w tym cukry [g] 40,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,5<br>Sód [mg] 3 646,5    |
| 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   |                                                                                                                                                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Dyńa 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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Pasta z białek z koperkiem + 50 g ( <u>JAJ, 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] 2 261,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,9<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 343,7<br>w tym cukry [g] 139,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,4<br>Sód [mg] 3 802,8 |
| 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</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 |                                                                                                                                                                                      | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</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                 |                                                  | Bulka 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>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                         | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 045,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8<br>Tłuszcz [g] 57,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 290,8<br>w tym cukry [g] 64,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,8<br>Sód [mg] 2 476,5 |
| 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szyńka 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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane 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] 2 691,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,7<br>Tłuszcz [g] 72,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 394,7<br>w tym cukry [g] 165<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 888,8  |
| GD- UCK Bezmięsna 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                   |                                                                                                                                                                                      | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Kotlet z jaj-pieczony 100 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                                           |                                                  | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszenneego pakowany w atmosferze oc 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, GLU JE CZ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 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] 2 466,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,9<br>Tłuszcz [g] 76,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 365,6<br>w tym cukry [g] 140,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 3 922,9 |



2026-01-23 piątek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkowa                   | 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki 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] 1 978<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 55,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 272,4<br>w tym cukry [g] 88,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,2<br>Sód [mg] 2 483,7  |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Dżem 50 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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 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>Szynkowa 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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                               | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2<br>Tłuszcz [g] 53,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2<br>Węglowodany ogółem [g] 269,8<br>w tym cukry [g] 92,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,8<br>Sód [mg] 2 275,6   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g<br>Salata zielona 10 g<br>Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                 | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | 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 ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 886,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,8<br>Tłuszcz [g] 76,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 431,2<br>w tym cukry [g] 165<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 888,8 |
| GD- UCK Wysokaloryczna                  | 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>Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB,</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt | 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 ost.niejad 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 886,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,8<br>Tłuszcz [g] 76,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 431,2<br>w tym cukry [g] 165<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 888,8 |

2026-01-23 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 50 g ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Banan 1szt. 1 szt<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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) + 100 g<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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane 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] 2 348<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1<br>Tłuszcz [g] 71,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 339,5<br>w tym cukry [g] 127,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 3 380,5   |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Kasza manna na mleku 150 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>Twaróg półtusty 50 g ( <u>MLE.</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 |  | Koperkowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                            |  | 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>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                                   | Marchew talarki gotowane + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 942,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,2<br>Tłuszcz [g] 55,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7<br>Węglowodany ogółem [g] 272,4<br>w tym cukry [g] 52,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6<br>Sód [mg] 2 334    |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twaróg półtusty 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Banan 1szt. 1 szt<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>Miruna na parze 100g + 0,5 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g<br>Pasta z białek z koperkiem + 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 824,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,4<br>Tłuszcz [g] 41,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4<br>Węglowodany ogółem [g] 310,1<br>w tym cukry [g] 125,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,5<br>Sód [mg] 3 509,3 |
| GD- UCK Bogałobionnikowa                   | 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>Twaróg półtusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                         |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                              | Brukselka gotowana + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 951,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 67,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 255,1<br>w tym cukry [g] 50,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 44<br>Sód [mg] 4 169,3    |
| GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  | Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Miruna na parze 100g + 2 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy + 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</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 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Papryka faszerowana z mięsem drobiowym i warzywami + 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 046<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,2<br>Tłuszcz [g] 75,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 230,3<br>w tym cukry [g] 52,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 4 688,9     |

|                   |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota | 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                          |                        | Zupa kalafiorowa 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>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą 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 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>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 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] 2 211,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,2<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 279,2<br>w tym cukry [g] 58,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 569,9     |
|                   | 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                          |                        | Zupa kalafiorowa 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>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>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>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 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] 2 389,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 97,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 297,2<br>w tym cukry [g] 71,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29<br>Sód [mg] 2 784,9    |
|                   | GD- UCK Ławo 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dymia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                               |                        | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew gotowana plastry + 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] 2 166,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90<br>Tłuszcz [g] 72,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 307,3<br>w tym cukry [g] 69,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 3 626,4      |
|                   | GD- UCK Wegetariańska | 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>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 JECZ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                        | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron świderki + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos szpinakowy z serem żółtym + 200 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 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>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 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] 2 507,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7<br>Tłuszcz [g] 102,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8<br>Węglowodany ogółem [g] 301,6<br>w tym cukry [g] 70,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,6<br>Sód [mg] 2 799,8 |
|                   | GD- UCK Bezglutenowa  | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>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>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                              | Dymia na parze + 100 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 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 | 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                 | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 468,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6<br>Tłuszcz [g] 91,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 340,4<br>w tym cukry [g] 102,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 3 707,2 |

2026-01-24 sobota

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Ryż na napój sojowym 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>Dżem 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 | Dynia na parze + 100 g                                                                                                                                              | Zupa kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (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 truskawkowym 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 osł.niejad 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 419,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 63,5<br>Tłuszcz [g] 87,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 353,2 w tym cukry [g] 109,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,3<br>Sód [mg] 3 437,6  |
| 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     |                                                                                                                                                                     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 478,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 382,4 w tym cukry [g] 99,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,6<br>Sód [mg] 3 261,4   |
| 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 100 g<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>Sałata lodowa 10 g | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | 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 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew gotowana plastry + 90 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 367,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9<br>Tłuszcz [g] 62,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 362,7 w tym cukry [g] 103,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 3 887,8 |

|                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota | GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. dzielięca | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Chleb razowy żytnio-pszenzny 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>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Chleb razowy żytnio-pszenzny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ogórek kiszony 50 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet schabowy panierowany + 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-pszenzny 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>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenzny 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>Rzodkiew biała 140 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                       | Chrupki kukurydziane 30 g                                                       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 025,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,9<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 238,4<br>w tym cukry [g] 35,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,8<br>Sód [mg] 4 153,5 |
|                   | GD- UCK Bezmleczna dzielięca              | 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>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 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                    | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta (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 truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                          | 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>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                           | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 523,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4<br>Tłuszcz [g] 83,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 364,4<br>w tym cukry [g] 89,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,8<br>Sód [mg] 3 530,1  |
|                   | GD- UCK Latwo strawna dzielięca           | 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>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> )                                                                                                                                    | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                           | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                          | 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>Miód (25g) 1 szt<br>Marchew gotowana plastry + 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] 2 379,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 352,7<br>w tym cukry [g] 102,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 3 797,8   |
|                   | 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>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                           | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                    | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Pulpet wieprzowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 100 ml                                                                                                                                                          | Bułka 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>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 168,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 44,5<br>Tłuszcz [g] 43<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1<br>Węglowodany ogółem [g] 159,4<br>w tym cukry [g] 42,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 7,9<br>Sód [mg] 1 550       |
|                   | 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>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                    | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Kotlet schabowy panierowany + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                      | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                          | Bułka 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 + 30 g ( <u>JAJ</u> )<br>Rzodkiew biała 90 g<br>Sałata zielona 10 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] 1 943,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,2<br>Tłuszcz [g] 63,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 266,3<br>w tym cukry [g] 75,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,2<br>Sód [mg] 2 961,6  |

2026-01-24 sobota

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                                                                                   | Zupa kalafiorowa 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>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Kisiel o smaku truskawkowym 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>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>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 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] 2 481<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,7<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 339,1<br>w tym cukry [g] 89,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 571,8     |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                         | Ryż na mleku 1 szt. 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% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml               | 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 lodowa 10 g | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta + 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 | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 1 szt. 200 ml<br>Biszkopty b/ml 30 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>Miód (25g) 1 szt<br>Seler gotowany + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                       | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 603,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 93,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6<br>Węglowodany ogółem [g] 359,9<br>w tym cukry [g] 98,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 3 547,3 |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                        | Ryż na napoju sojowym 1 szt. 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Brzoskwinie w syropie 1 szt. 150 g                             | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki gotowane słupki + 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew gotowana plasty + 1 szt. 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] 2 661,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 121,2<br>Tłuszcz [g] 93,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 347,6<br>w tym cukry [g] 111,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 4 327  |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgiel 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>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 + 50 g                         | Zupa selerowa 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>Marchew gotowana plasty + 200 g<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 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>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>Seler gotowany + 1 szt. 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                        | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 088,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 91,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6<br>Węglowodany ogółem [g] 224,1<br>w tym cukry [g] 57,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,5<br>Sód [mg] 4 537,3 |

2026-01-24 sobota

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>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>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml           |                                                                                                                                                                         | Zupa kalafiorowa 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>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>Rzodkiew biała 140 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 30 g ( <u>ORZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 919,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5<br>Tłuszcz [g] 98,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 184,3<br>w tym cukry [g] 30,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,8<br>Sód [mg] 3 847,1  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z 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>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>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml           | Ogórek kiszony 150 g                                                                                                                                                    | Zupa kalafiorowa 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>Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Salatka z buraków i jabłka (z olejem) 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>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>Rzodkiew biała 140 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Orzechy włoskie łuskane 30 g ( <u>ORZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 090,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 106,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 207,3<br>w tym cukry [g] 45,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,6<br>Sód [mg] 4 465,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insuliny, 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | 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>Dyńia na parze + 50 g | Zupa selerowa 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>Buraki gotowane súpki + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                   | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szyńkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Sałata 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>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>Marchew gotowana plastry + 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] 1 809,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,4<br>Tłuszcz [g] 67,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5<br>Węglowodany ogółem [g] 204,1<br>w tym cukry [g] 48,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,2<br>Sód [mg] 3 971   |

2026-01-24 sobota

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. 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>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>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb bezglutenowy 15 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Dyńia na parze + 50 g | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Marchew gotowana plasty + 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>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g    | Chleb bezglutenowy 60 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 140 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 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] 1 989,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 93<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8<br>Węglowodany ogółem [g] 192,3<br>w tym cukry [g] 41,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,7<br>Sód [mg] 3 966,8      |
| 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>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 mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Dyńia na parze + 50 g                                       | Zupa kalafiorowa 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>Marchew gotowana plasty + 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>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 140 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 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] 1 976,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,3<br>Tłuszcz [g] 88,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 198,2<br>w tym cukry [g] 37,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 318,6  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo 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 kurczaka + 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kurczaka i warzyw + 100 g ( <u>SEL.</u> )                                                                      | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Pulpet wieprzowy + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew gotowana plasty + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + puree 50 g                 | Jarzynowa z makaronem* dieta mix 200 ml ( <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>Pasta z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 251,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,1<br>Tłuszcz [g] 106,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,3<br>Węglowodany ogółem [g] 223,7<br>w tym cukry [g] 49,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9<br>Sód [mg] 4 756,8 |



2026-01-24 sobota

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Dyńia na parze + 50 g | Zupa kalafiorowa 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>Marchew gotowana plastery + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | 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 osl.niejad 50 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 140 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 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] 2 032<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,5<br>Tłuszcz [g] 89,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9<br>Węglowodany ogółem [g] 203,6<br>w tym cukry [g] 41,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 3 898,1    |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>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>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Dyńia na parze + 50 g | Zupa kalafiorowa 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>Marchew gotowana plastery + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | 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 osl.niejad 50 g<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 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>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Seler gotowany + 140 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 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] 1 985,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,6<br>Tłuszcz [g] 87,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2<br>Węglowodany ogółem [g] 203,6<br>w tym cukry [g] 41,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 3 898,1  |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Brokuł gotowany* 100 g                                                                                                                                                           | Kalafiorowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Risotto (ryż brazowy) z mięsem wieprz i warzyw * 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               | Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g                                                                                                                                                     | 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>Rzodkiew biała 130 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                       | Jabłko 1 szt 1 szt                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 781,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 215,2<br>w tym cukry [g] 49,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,5<br>Sód [mg] 3 563,3     |
| GD- UCK Płynna                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż bulka 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                                                                                                            | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ, SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                  | Kleik ryżowy na mleku 350 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                             | Jarzynowa z makaronem* dieta z mięsem dr. MIX 500 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, 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] 2 559,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,9<br>Tłuszcz [g] 76,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 349,6<br>w tym cukry [g] 126,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 3 676,6 |

2026-01-24 sobota

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Płynna bezmleczna      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż bulka tl rośl jajko n/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 kalafiorowa 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                                                                                                                                                                                                | Kleik ryżowy na nap. sojowym 350 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jarzynowa z makaronem* dieta z mięsem dr. MIX (bez mleka) 500 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                           | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 598,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,9<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 333,3<br>w tym cukry [g] 94,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 2 939,9  |
| 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 z kurczaka + 50 g<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                |                                                                       | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet wieprzowy + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                            | Jarzynowa z makaronem* dieta mix 200 ml ( <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 + 50 g ( <u>może zawierać: MLE. GOR.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 312,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9<br>Tłuszcz [g] 78,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 322,2<br>w tym cukry [g] 71,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 4 115   |
| 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>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 |                                                                       | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta (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                    |                                                                                            | 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>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 254,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9<br>Tłuszcz [g] 81,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 304,5<br>w tym cukry [g] 59<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,8<br>Sód [mg] 3 528,2   |
| 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             |                                                                       | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki gotowane súpki + 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>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew gotowana plastry + 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] 2 240,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,8<br>Tłuszcz [g] 78,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 307,5<br>w tym cukry [g] 60,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8<br>Sód [mg] 3 651,1 |
| GD- UCK Truskawka              | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</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>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 |                                                                       | Zupa selerowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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 1 szt<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SOJ.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew gotowana plastry + 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] 2 109,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,9<br>Tłuszcz [g] 63,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 312,5<br>w tym cukry [g] 72,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 3 800   |

2026-01-24 sobota

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekko strawna              | 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 |                                                                                                                                                                      | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 227<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,4<br>Tłuszcz [g] 65,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8<br>Węglowodany ogółem [g] 344,3<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,6<br>Sód [mg] 3 257         |
| 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>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                              | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )                                                                                                                              | Zupa kalafiorowa 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>Sos jarzynowy dieta + 50 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  | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | 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>Serek twarogowy homogenizowany + 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 458,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,9<br>Tłuszcz [g] 55,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 187<br>w tym cukry [g] 62,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 227,7     |
| GD- UCK Wątrobowal Z ogr. tłuszczu | Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> )<br>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>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml     |                                                                                                                                                                      | Zupa selerowa 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 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Marchew gotowana plastry + 90 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                 | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 054,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,9<br>Tłuszcz [g] 59<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2<br>Węglowodany ogółem [g] 308,2<br>w tym cukry [g] 70,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 3 776,7     |
| GD- UCK Niskosodowa                | 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                      | Kalafiorowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Risotto z mięsem wieprz w warzyw * 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 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>Schab gotowany + 50 g<br>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                 | Jablko 1 szt 1 szt                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 128,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,7<br>Tłuszcz [g] 67,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 292,5<br>w tym cukry [g] 81,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,3<br>Sód [mg] 2 867,3   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa             | 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     | 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 lodowa 10 g | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta + 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 | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | 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 70 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                           | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 586,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,4<br>Tłuszcz [g] 85,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 361,7<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 3 686,4 |

2026-01-24 sobota

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmięśna lekkoślawna            | 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>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Sałatka 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 279<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,2<br>Tłuszcz [g] 73,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 346,8<br>w tym cukry [g] 71,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 3 227,1     |
| GD- UCK Niskoreszkowa                    | 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                               |                                                                                                                                                                     | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 204,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3<br>Tłuszcz [g] 80,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 286,5<br>w tym cukry [g] 56,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,4<br>Sód [mg] 2 772  |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmięśna          | 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 70 g<br>Pasta z kurczaka + 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>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Sałatka 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g<br>Miód (25g) 2 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 013,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,1<br>Tłuszcz [g] 73,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 261,5<br>w tym cukry [g] 46<br>Błonnik pokarmowy [g] 14<br>Sód [mg] 2 661,8     |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysoko kaloryczna | 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                              | 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>Sałata lodowa 10 g | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt    | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml<br>Biszkopty b/ml 30 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 703,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 383,6<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 3 686,4 |

|                   |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota | GD- UCK Wysokokaloryczna                   | 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>Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<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 lodowa 10 g | Zupa kalafiorowa 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 jarzynowy dieta + 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     | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml<br>Biszkopty b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) | 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 70 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 703,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 383,6<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,3<br>Sód [mg] 3 686,4 |
|                   | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Serek wiejski lekki 3% tł bezlaktozy 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 kalafiorowa 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 jarzynowy dieta (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 |                                                                                        | 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>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                       | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 355,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7<br>Tłuszcz [g] 86,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4<br>Węglowodany ogółem [g] 308,3<br>w tym cukry [g] 61,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 3 314,2 |
|                   | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Ryż na mleku 150 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                        |                                                                                                                                                                     | Kalafiorowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Risotto z mięsem wieprz i warzyw * 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka 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>Pasta z ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Rzodkiew biała 90 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                            | Jablko 1 szt 1 szt                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 023,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2<br>Tłuszcz [g] 65,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 273,4<br>w tym cukry [g] 69,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1<br>Sód [mg] 2 724,4 |
|                   | GD- UCK Niskobiałkowa                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                             |                                                                                                                                                                     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Pyzy z farszem szpinakowym z serem + 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Seler gotowany + 90 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 868,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,9<br>Tłuszcz [g] 47<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1<br>Węglowodany ogółem [g] 317,1<br>w tym cukry [g] 58,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,1<br>Sód [mg] 2 937,6   |
|                   | 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                           |                                                                                                                                                                     | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Pulpet wieprzowy + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</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 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>Pasztet z soczewicy + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 140 g<br>Salata zielona 10 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] 2 433<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,5<br>Tłuszcz [g] 100,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8<br>Węglowodany ogółem [g] 300,7<br>w tym cukry [g] 80,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,1<br>Sód [mg] 4 944,5 |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-24 sobota    | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Kotlet schabowy panierowany + 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 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>Ogórek kiszony 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>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 142,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 298,9<br>w tym cukry [g] 44,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6<br>Sód [mg] 4 273,9 |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 2026-01-25 niedziela | GD- UCK Podstawowa             | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez saszetka 12 ml 1 szt ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pieczarkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 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] 2 243<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102<br>Tłuszcz [g] 87<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 271,3<br>w tym cukry [g] 47,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 3 590,1        |
|                      | GD- UCK Podstawowa I           | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Majonez saszetka 12 ml 1 szt ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 350 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>Serek ziarnisty naturalny 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] 2 447,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,3<br>Tłuszcz [g] 110,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1<br>Węglowodany ogółem [g] 249,8<br>w tym cukry [g] 49,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,9<br>Sód [mg] 2 347,3 |
|                      | GD- UCK Łatwo strawna          | Jogurt brzoskwinowy 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 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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</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% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 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] 1 892<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3<br>Tłuszcz [g] 59,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>Węglowodany ogółem [g] 255,5<br>w tym cukry [g] 70,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 3 936,3     |

2026-01-25 niedziela

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Vegetariańska                                     | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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>Wege pasztet warzywno-soczewicowy + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Majonez saszetka 12 ml 1 szt ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml              | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Krokiety ziemniaczane z mozzarella + 3 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 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 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>Serek ziarnisty naturalny 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] 3 011,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92<br>Tłuszcz [g] 119,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4<br>Węglowodany ogółem [g] 401,9<br>w tym cukry [g] 57,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,2<br>Sód [mg] 3 997,7 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Jogurt brzoskwiowy 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                      | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Salata zielona 10 g                                                                                                                                                                  | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt          | Buraki gotowane + 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>Serek ziarnisty naturalny 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] 2 110,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 268,6<br>w tym cukry [g] 83<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 4 042,9    |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | Płatki kukurydziane na nap.sojowym 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                       | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Salata zielona 10 g                                                                                                                                                                  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka gotowany 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Buraki gotowane + 100 g                                                                                                                                                                                                                                                 | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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] 2 228,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102<br>Tłuszcz [g] 84<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3<br>Węglowodany ogółem [g] 274,9<br>w tym cukry [g] 62,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 4 097,4     |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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 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 + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia 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% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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] 2 136,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br>Tłuszcz [g] 78,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany ogółem [g] 269,6<br>w tym cukry [g] 86,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 898,3 |

2026-01+25 niedziela

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                 | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt                                                                                                    | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 079,5<br>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,7<br>Tłuszcz [g] 54,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4<br>Węglowodany ogółem [g] 295,1<br>w tym cukry [g] 93,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 3 916,5 |
| 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>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                       | Chleb razowy żytnio-pszenny 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 grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki 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>Buraki gotowane + 50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 1 884,6<br>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122,5<br>Tłuszcz [g] 74,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 198,3<br>w tym cukry [g] 32<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,4<br>Sód [mg] 4 384,4   |
| GD- UCK Beznleczna dziecięca                   | Płatki kukurydziane na nap.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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                    | Ślupki z marchewki + 100 g                                                                                                                              | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt                                                                                                    | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Dżem 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 227,9<br>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,3<br>Tłuszcz [g] 70,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 317<br>w tym cukry [g] 101,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,5<br>Sód [mg] 4 037,3   |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca                | Jogurt brzoskwiowy 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 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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                     | Marchew talarki gotowane + 100 g                                                                                                                        | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> )                                                                    | 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Dynia na parze + 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] 2 085,6<br>Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,6<br>Tłuszcz [g] 63<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5<br>Węglowodany ogółem [g] 291,4<br>w tym cukry [g] 87,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 4 324,1   |



2026-01-25 niedziela

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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 + 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Marchew talarki gotowane + 50 g                                                                                                                                                      | Zupa ryżowa + 100 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                           | Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</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 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</u> , <u>SEZ</u> .)                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 150,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,5<br>Tłuszcz [g] 40,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14<br>Węglowodany ogółem [g] 150,6<br>w tym cukry [g] 41,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 14<br>Sód [mg] 2 224,4        |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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. 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .)<br>Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                      | Stupki z marchewki + 100 g                                                                                                                                                           | Zupa grochowa z ziemniakami + 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</u> .) | Bułka 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 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] 1 623,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,2<br>Tłuszcz [g] 54,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 218,2<br>w tym cukry [g] 68,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5<br>Sód [mg] 3 240,9    |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> .)<br>Bułka pszenna długa krojona 30 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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .)<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Majonez saszetka 12 ml 1 szt ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> .)<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Stupki z marchewki + 100 g                                                                                                                                                           | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt             | Herbatniki Be Be 16g 2 szt ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , może zawierać: <u>OZI</u> , <u>ORZ</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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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</u> , <u>SEZ</u> .)                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 421<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 307,9<br>w tym cukry [g] 62,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2<br>Sód [mg] 3 971,1       |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> .)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .)<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> .)<br>Szynka od Zduna-wędzonka<br>wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL</u> .) | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                      | Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt<br>Buraki gotowane + 100 g                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>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>Salatka z pomidorów i koperku + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEZ</u> .)                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 860,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3<br>Tłuszcz [g] 118,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,3<br>Węglowodany ogółem [g] 343,4<br>w tym cukry [g] 101,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8<br>Sód [mg] 4 091,6 |

2026-01-25 niedziela

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | <p>Płatki kukurydziane na nap.sojowym 1 szt. 250 ml (<u>SOJ.</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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Seler gotowany + 1 szt. 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                              | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g (<u>SEL.</u>)</p>          | <p>Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g</p> <p>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>      | <p>Galaretka z owocami bez dodatku cukru 123g 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 1szt. 50 g</p> <p>Dynia na parze + 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><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 365,8</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,2</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 75</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 314,6</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 84,1</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 33,1</b></p> <p><b>Sód [mg] 4 134,8</b></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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Seler gotowany + 1 szt. 150 g (<u>SEL.</u>)</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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 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 ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                 | <p>Buraki gotowane + 1 szt. 100 g</p>                                                  | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 867,5</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 71,5</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 206,5</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 37,6</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 37,4</b></p> <p><b>Sód [mg] 4 499,1</b></p> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węgl. bez insuliny           | <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>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>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> |                                                                                                                                                                                            | <p>Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g</p> <p>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 200 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</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>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Brukselka gotowana + 100 g</p>                                                      | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 572,4</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 63,9</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 169,3</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 23,4</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 33,3</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 889,3</b></p>  |

2026-01-25 niedziela

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                           | Surówka Coleslaw + 150 g ( <b><u>JAJ, MLE, GOR, SO2,</u></b> )                                                                                                                       | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 200 g ( <b><u>SEL,</u></b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Hummus + 100 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Słupki z marchewki + 100 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>Serek ziarnisty naturalny 50 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>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] 1 914,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,2<br>Tłuszcz [g] 81,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 206,5<br>w tym cukry [g] 39,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,9<br>Sód [mg] 4 531,4 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>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>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b><u>JAJ, MLE,</u></b> )<br>Seler gotowany + 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g                                 | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                         | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ,</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                   | Buraki gotowane + 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 628,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,2<br>Tłuszcz [g] 47,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4<br>Węglowodany ogółem [g] 204<br>w tym cukry [g] 34,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sód [mg] 3 887,9 |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ,</u></b> )<br>Seler gotowany + 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>Pasta warzywna + 50 g ( <b><u>SEL,</u></b> ) | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ, MLE, SEL,</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 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>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b><u>MLE,</u></b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 70 g ( <b><u>SOJ,</u></b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Buraki gotowane + 100 g    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 005<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,4<br>Tłuszcz [g] 88<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 198<br>w tym cukry [g] 35,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,8<br>Sód [mg] 4 337,8       |

2026-01-25 niedziela

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. b/mleczna      | Chleb mieszany pszenno-żytni 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                                   | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Dynia 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>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, 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>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                     | Buraki gotowane + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 979,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,7<br>Tłuszcz [g] 87<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 197,7<br>w tym cukry [g] 35,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,4<br>Sód [mg] 4 544,2 |
| 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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                          | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta - Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )  | Zupa ryżowa + MIX 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z indyka pieczony dieta + rozdrobniony 100 g<br>Dynia 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 50 g                   | Zupa pomidorowa z ryżem + 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml          | Buraki gotowane + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125<br>Tłuszcz [g] 85<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 226,4<br>w tym cukry [g] 41,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 4 958,6   |
| 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>GLUPSZ, 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> ) | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Dynia 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 942,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,5<br>Tłuszcz [g] 76<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 208,2<br>w tym cukry [g] 35,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 4 140,9 |

2026-01-25 niedziela

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. lekkostrawna | 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>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>Seler gotowany + 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pasta warzywna + 50 g ( <b>SEL.</b> ) | Zupa ryżowa + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Dymia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 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>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane + 100 g                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 872,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,3<br>Tłuszcz [g] 71,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4<br>Węglowodany ogółem [g] 207,9<br>w tym cukry [g] 35,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 4 074,4  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. nerkowa      | 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>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>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta warzywna* (bez soli) 50 g ( <b>SEL.</b> )                                                           | Zupa ryżowa + 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Filet z indyka pieczony (bez soli) 100 g<br>Marchew talarki gotowane + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z ciecierzycy z warzywami* (bez soli) 100 g ( <b>SEL.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )                             | Chleb pszenno-żytni bez soli 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Salatka z pomidorów, salaty i koperku (bez soli) 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                 | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 884,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,8<br>Tłuszcz [g] 69,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 209,9<br>w tym cukry [g] 29,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,3<br>Sód [mg] 3 455,1  |
| GD- UCK Płynna                                 | Zupa kasza manna bulka tł rośl jajko MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jabłkowy z sucharami MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )                                                                   | Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Zupa ryżowa + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 350 ml                                                                                  | Zupa pomidorowa z ryżem + z mięsem dr MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                          | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 759,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,3<br>Tłuszcz [g] 84,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 376,2<br>w tym cukry [g] 171,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,9<br>Sód [mg] 4 044,3 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                      | Zupa kasza manna bulka tł rośl jajko MIX n/sojowy 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )<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 ( <b>GLU PSZ.</b> )                                                                         | Zupa ryżowa (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                    | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 350 ml<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                  | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + z mięsem dr MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                   | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ.</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 780,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,9<br>Tłuszcz [g] 85,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2<br>Węglowodany ogółem [g] 379,3<br>w tym cukry [g] 149,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,3<br>Sód [mg] 3 463,8 |

2026-01-25 niedziela

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                         |  | Zupa ryżowa + MIX 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet z indyka pieczony dieta + rozdrobniony 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa pomidorowa z ryżem + MIX 200 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<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] 2 189<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,6<br>Tłuszcz [g] 83,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 266,1<br>w tym cukry [g] 72<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 4 633,3     |
| GD- UCK Bezmleczna             | Płatki kukurydziane na nap.sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>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                                                                                                                                                |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                        |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 109,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8<br>Tłuszcz [g] 74,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1<br>Węglowodany ogółem [g] 265,5<br>w tym cukry [g] 56<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 3 915,1   |
| GD- UCK Latwostrawna b/mleczna | Płatki kukurydziane na nap.sojowym 250 ml ( <u>SOJ</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Dyńia na parze + 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] 2 068,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8<br>Tłuszcz [g] 68,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6<br>Węglowodany ogółem [g] 271,6<br>w tym cukry [g] 59,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,5<br>Sód [mg] 3 937,3 |
| GD- UCK Tłuszczowa             | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<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 ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                       |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</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 + 50 g<br>Dyńia na parze + 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] 1 813,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 48,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9<br>Węglowodany ogółem [g] 256,1<br>w tym cukry [g] 71,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 4 089,7 |
| GD- UCK Lekko strawna          | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>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</u> , <u>MLE</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml        |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 |  | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 1 955,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,7<br>Tłuszcz [g] 68,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 250,1<br>w tym cukry [g] 68<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 3 864,3    |

|                      |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-25 niedziela | 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 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Słupki z marchewki + 100 g                                                                                  | Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 304,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7<br>Tłuszcz [g] 42<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9<br>Węglowodany ogółem [g] 162,1<br>w tym cukry [g] 29,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,1<br>Sód [mg] 3 585,8   |
|                      | GD-UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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] 1 795,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,7<br>Tłuszcz [g] 49<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 256,3<br>w tym cukry [g] 71,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 3 870,4   |
|                      | GD-UCK Niskosodowa               | Jogurt brzoskwiowy 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 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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     |                                                                                                                                                          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet z indyka gotowany (bez soli) 100 g<br>Sos koperkowy *(bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Marchew talarki 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      | Kalafior gotowany* 100 g                                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 965,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,4<br>Tłuszcz [g] 53,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 277,4<br>w tym cukry [g] 79,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 126,5  |
|                      | GD-UCK Bogatobiałkowa            | Jogurt brzoskwiowy 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 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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                            | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Buraki gotowane + 50 g | 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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] 2 319<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,5<br>Tłuszcz [g] 79,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9<br>Węglowodany ogółem [g] 286,3<br>w tym cukry [g] 73,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 129,4  |
|                      | GD-UCK Beźmięśna lekkostrawna    | Jogurt brzoskwiowy 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Zapiekanka makaronowo-jajeczna* BM 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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 ziarnisty naturalny 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] 2 306,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,3<br>Tłuszcz [g] 74,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 335,3<br>w tym cukry [g] 85,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 2 565,7 |

2026-01-25 niedziela

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskoreszkłowa                  | Jogurt brzoskwiowy 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>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dżem 80 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>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 041,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,3<br>Tłuszcz [g] 64<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 270,7<br>w tym cukry [g] 96,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,5<br>Sód [mg] 3 176,5   |
| GD- UCK Niskoreszkłowa 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 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Dżem 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>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dyńia na parze + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 1 947,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7<br>Tłuszcz [g] 67,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2<br>Węglowodany ogółem [g] 243,8<br>w tym cukry [g] 64,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,7<br>Sód [mg] 3 137,7 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | Jogurt brzoskwiowy 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>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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<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>Buraki gotowane + 50 g<br>Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ) | 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 389,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,5<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 298,5<br>w tym cukry [g] 77,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 129,4   |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | Jogurt brzoskwiowy 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>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>Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g | Zupa ryżowa + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<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>Buraki gotowane + 50 g<br>Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u> ) | 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</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] 2 389,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,5<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 298,5<br>w tym cukry [g] 77,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 129,4   |



2026-01-25 niedziela

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <b><u>MLE b/LAK.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                    |  | Zupa ryżowa (bez mleka) + 250 g ( <b><u>SOJ. SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy (bez mleka, bez glutenu) + 100 g<br>Dyńa na parze + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<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 ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 046,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,3<br>Tłuszcz [g] 75,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 251<br>w tym cukry [g] 54,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 3 894,3  |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b><u>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>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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml         |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ. MLE. SEL.</u></b> )<br>Makaron 200 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Filet z indyka gotowany (bez soli) 100 g<br>Sos koperkowy *(bez soli) 100 ml ( <b><u>GLU PSZ. MLE.</u></b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g                                                               |  | 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>Schab gotowany + 50 g<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                               | Kalafior gotowany* 100 g                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 931,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3<br>Tłuszcz [g] 53,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 268,9<br>w tym cukry [g] 71,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 110,4  |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g ( <b><u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.</u></b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 30 g ( <b><u>JAJ. MLE.</u></b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                              |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ. MLE. SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Dyńa na parze + 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% 10 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Dżem 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 ( <b><u>SOJ.</u></b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 643,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 60,1<br>Tłuszcz [g] 46,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9<br>Węglowodany ogółem [g] 258,4<br>w tym cukry [g] 72,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 3 253,3 |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b><u>JAJ.</u></b> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |  | Zupa ryżowa + 250 g ( <b><u>SOJ. MLE. SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 200 g ( <b><u>SEL.</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>Serek ziarnisty naturalny 50 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>Salatka z pomidorów i koperku + 150 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] 2 003,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5<br>Tłuszcz [g] 69,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 264,8<br>w tym cukry [g] 72,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,2<br>Sód [mg] 4 624,6 |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-25 niedziela | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z indyka pieczony dieta + 100 g<br>Sos pietruszkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki 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% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Zapiekanka makaronowa z wieprzowiną i warzywami + 350 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] 2 023,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,5<br>Tłuszcz [g] 83,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4<br>Węglowodany ogółem [g] 213,2<br>w tym cukry [g] 39,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 4 235,1  |
|                      | GD- UCK Podstawowa             | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Rzodkiew biała 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>Ryż brązowy + 200 g<br>Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g ( <u>SOJ</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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<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] 2 751,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,3<br>Tłuszcz [g] 110,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7<br>Węglowodany ogółem [g] 326,2<br>w tym cukry [g] 56,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 44,1<br>Sód [mg] 2 726,7 |
|                      | GD- UCK Podstawowa I           | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Rzodkiew biała 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>Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Sos pieczarkowy + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta 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>Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami + 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<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] 2 675,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,6<br>Tłuszcz [g] 114,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,1<br>Węglowodany ogółem [g] 302,5<br>w tym cukry [g] 50,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,4<br>Sód [mg] 2 437,5 |
|                      | GD- UCK Łatwo 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>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 ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE</u> )<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 ( <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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                               | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 328,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,9<br>Tłuszcz [g] 58,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 373,3<br>w tym cukry [g] 114,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 2 823    |
|                      | GD- UCK Vegetariańska          | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Pasta z fasoli z cebulką + 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <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>Mandarynka 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>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>Ser topiony 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] 2 536,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 95,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,6<br>Węglowodany ogółem [g] 320,4<br>w tym cukry [g] 85,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 39<br>Sód [mg] 2 375,7    |

2026-01-26 poniedziałek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | <p>Platki jaglane błyskawiczne na mleku 250 g (<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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Marchew mini gotowana + 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g</p> <p>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g</p>                 | <p>Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Ryż biały + 200 g</p> <p>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Prażone jabłka + 100 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>   | <p>Chleb bezglutenowy 30 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Twaróg półtłusty 50 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Chipsy z selera pieczone 50 g (<b><u>SEL.</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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Salatka z makaronem i warzywami - dieta (bez glutenu) + 150 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                               | <p>Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<b><u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u></b>)</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 777,6</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,9</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 79,4</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 424,4</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 99,4</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 45,7</b></p> <p><b>Sód [mg] 2 679,6</b></p>  |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | <p>Platki jaglane błyskawiczne na nap. sojowym 250 g (<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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g</p> <p>Marchew mini gotowana + 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g</p> <p>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g</p> | <p>Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Ryż biały + 200 g</p> <p>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<b><u>SOJ.</u></b>)</p> <p>Prażone jabłka + 100 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chleb bezglutenowy 30 g (<b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b>)</p> <p>Pasta z kurczaka + 50 g</p> <p>Chipsy z selera pieczone 50 g (<b><u>SEL.</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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Salatka z makaronem i warzywami - dieta (bez glutenu) + 150 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                 | <p>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt</p>                                                                                          | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 796,1</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,6</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 83,7</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 424,1</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 112,6</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,9</b></p> <p><b>Sód [mg] 2 607,3</b></p> |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | <p>Zacierka na mleku 250 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE.</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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Ser mozzarella 80 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Marchew mini gotowana + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                 |                                                                                                                                                                                                          | <p>Zupa ziemniaczana + 250 g (<b><u>MLE, SEL.</u></b>)</p> <p>Ryż biały + 200 g</p> <p>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Prażone jabłka + 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 (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b>)</p> <p>Salatka z makaronem i kurczakiem i warzywami dieta + 150 g (<b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Ciasteczko kokosowe miękkie ciasteczko miąższ kokosowy + migdał 50 g 1 szt (<b><u>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ.</u></b>)</p> | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 714,1</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 88,7</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 380,7</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 97,9</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 32,9</b></p> <p><b>Sód [mg] 2 784,2</b></p> |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | <p>Zacierka na mleku 250 ml (<b><u>GLU PSZ, MLE.</u></b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b><u>MLE.</u></b>)</p> <p>Marchew mini gotowana + 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 (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g</p> <p>Dynia na parze + 50 g</p>                           | <p>Zupa ziemniaczana + 250 g (<b><u>MLE, SEL.</u></b>)</p> <p>Ryż biały + 200 g</p> <p>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Prażone jabłka + 100 g</p> <p>Banan 1szt. 1 szt</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                       | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Twaróg półtłusty 50 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Chipsy z selera pieczone 50 g (<b><u>SEL.</u></b>)</p>        | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b><u>GLU PSZ.</u></b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b><u>MLE</u></b>.)</p> <p>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<b><u>GLU PSZ, SOJ.</u></b>)</p> <p>Salatka z makaronem i kurczakiem i warzywami dieta + 150 g (<b><u>GLU PSZ, SEL.</u></b>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<b><u>MLE.</u></b>)</p>                                                                     | <p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 603,6</b></p> <p><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,3</b></p> <p><b>Tłuszcz [g] 61,8</b></p> <p><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8</b></p> <p><b>Węglowodany ogółem [g] 409</b></p> <p><b>w tym cukry [g] 98,8</b></p> <p><b>Błonnik pokarmowy [g] 22,4</b></p> <p><b>Sód [mg] 3 143,1</b></p>   |

2026-01-26 poniedziałek

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przyw.ędo. dziecięca | 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 żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Rzodkiew biała 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>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Ryż brązowy + 150 g<br>Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g ( <b>SOJ</b> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem 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>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 50 g | 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>Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 200 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Paluszki z sezamem 70 g ( <b>GLU PSZ, SEZ</b> )                                                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 844,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,6<br>Tłuszcz [g] 133,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,5<br>Węglowodany ogółem [g] 284,9<br>w tym cukry [g] 35,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,6<br>Sód [mg] 3 384,8 |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca              | Zacierka na napoju sojowym 250 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<br>Bułka 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 niejdalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 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 (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL</b> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <b>SOJ</b> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Mandarynka 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 | Chipsy z selera pieczone 50 g ( <b>SEL</b> )                                                                         | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<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] 2 689,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9<br>Tłuszcz [g] 80,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 401,6<br>w tym cukry [g] 94,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 2 073       |
| GD- UCK Latwo strawna dziecięca           | Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Bułka 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 niejdalnej 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                           | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                      | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                  | Bułka 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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<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] 2 715,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5<br>Tłuszcz [g] 66,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 445,1<br>w tym cukry [g] 124,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 2 793,9  |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat                    | Zacierka na mleku 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew mini gotowana + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                             | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 100 ml                                                                                                                                                | Zupa ziemniaczana + 100 g ( <b>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>Mus truskawkowy + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Mandarynka 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <b>MLE</b> )                                                                  | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> )<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 ( <b>ORZ, może zawierać: OZI, MLE, SEZ</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 354,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,2<br>Tłuszcz [g] 35,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8<br>Węglowodany ogółem [g] 194,9<br>w tym cukry [g] 54,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,6<br>Sód [mg] 978,1     |

2026-01-26 poniedziałek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat           | Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Ser mozzarella 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                         | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                                                                                  | Żurek z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. GLU ŻYT. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</u> )<br>Naleśniki z serem białym + 0,5 [Por] x 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. może zawierać: SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 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 30 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 1 975,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5<br>Tłuszcz [g] 69,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35<br>Węglowodany ogółem [g] 253<br>w tym cukry [g] 77,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 1 441,4        |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat          | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka 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>Rzodkiew biała 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>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. może zawierać: SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Mus truskawkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 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% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 2 925,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 133,2<br>Tłuszcz [g] 107,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,1<br>Węglowodany ogółem [g] 362,3<br>w tym cukry [g] 111,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,3<br>Sód [mg] 1 953,4 |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywca   | Zacierka na mleku 1 szt. 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka 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% 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 + 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 30 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 1 szt. 100 g ( <u>SEL.</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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 1 szt 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 2 877<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3<br>Węglowodany ogółem [g] 415,9<br>w tym cukry [g] 97,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,1<br>Sód [mg] 3 254,1     |
| 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 niejadalnej 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>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 50 g                                                                | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/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                                                      | Chipsy z selera pieczone 1szt. 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 Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 1 szt 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                  | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )                                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 866,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,1<br>Tłuszcz [g] 89<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 418,9<br>w tym cukry [g] 96,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 2 921,7     |

|                         |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<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>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 50 g | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Chipsy z selera pieczone 1szt. 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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 1 szt 200 g ( <u>GLU PSZ, 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] 2 265,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,7<br>Tłuszcz [g] 93,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 248,9<br>w tym cukry [g] 33<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 3 209,1  |
|                         | 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 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 żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 130 g<br>Salata 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>Ryż brązowy + 150 g<br>Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g ( <u>SOJ.</u> )<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>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>Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor 100 g                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,7<br>Tłuszcz [g] 118,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5<br>Węglowodany ogółem [g] 219,9<br>w tym cukry [g] 34<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,3<br>Sód [mg] 3 249,9 |
|                         | 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 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 żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g                                                                                         | Żurek z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ryż brązowy + 150 g<br>Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z fasoli z cebulką + 100 g<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <u>SEL.</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>Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor 100 g                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 703,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,4<br>Tłuszcz [g] 126,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3<br>Węglowodany ogółem [g] 282<br>w tym cukry [g] 42,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 53,7<br>Sód [mg] 4 855,2 |

2026-01-26 poniedziałek

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. z ogr. tł    | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>+</sub></b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></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<sub>+</sub></b> )<br>Marchew mini gotowana + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ<sub>+</sub></b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Chipsy z selera pieczone 50 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> ) | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE<sub>+</sub></b> , <b>SEL<sub>+</sub></b> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>+</sub></b> )<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ<sub>+</sub></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Buraki gotowane słupki + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</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>+</sub></b> )<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>+</sub></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Pomidor b/skórki 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 087,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,9<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7<br>Węglowodany ogółem [g] 254,3<br>w tym cukry [g] 30,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 3 258,2 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. bezglutenowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE<sub>+</sub></b> )<br>Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>+</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>+</sub></b> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Ser mozzarella 50 g ( <b>MLE<sub>+</sub></b> )<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                                                                                                                                                                | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka (bez glutenu) + 2 [Por] x 50 g ( <b>JAJ<sub>+</sub></b> )<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z kurczaka + 100 g<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> )                                         | Chleb bezglutenowy 60 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ<sub>+</sub></b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE<sub>+</sub></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Salatka z makaronem i warzywami - dieta (bez glutenu) + 200 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                       | Pomidor 100 g          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 211,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2<br>Tłuszcz [g] 88,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 256,3<br>w tym cukry [g] 29,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,5<br>Sód [mg] 3 697,1 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywęgło. białeczna    | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ<sub>+</sub></b> )<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 ( <b>JAJ<sub>+</sub></b> )<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                                                                                                                                                                | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> )<br>Ryz biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ<sub>+</sub></b> )<br>Dyńia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Pasta z kurczaka + 100 g<br>Seler naciowy słupki + 100 g ( <b>SEL<sub>+</sub></b> )                                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT<sub>+</sub></b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL<sub>+</sub></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                      | Pomidor 100 g          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 284,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,6<br>Tłuszcz [g] 96,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2<br>Węglowodany ogółem [g] 252,1<br>w tym cukry [g] 29<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br>Sód [mg] 4 053,9   |

2026-01-26 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>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew mini gotowana + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                           | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g | Zupa ziemniaczana + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE</u> )<br>Pulpet z kurczaka + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Dyńia na parze + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Pasta z kurczaka + 100 g<br>Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL</u> ) | Zupa koperkowa z ziemniakami + 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 z wędliną drobiową i natką pietruszki + 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 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] 2 079,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,2<br>Tłuszcz [g] 88,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31<br>Węglowodany ogółem [g] 219,5<br>w tym cukry [g] 42,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,8<br>Sód [mg] 5 183,7  |
| 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 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 | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 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                                                             | Pasta z kurczaka + 100 g<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 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                     | Pomidor 100 g                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 383,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135<br>Tłuszcz [g] 102,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 245,2<br>w tym cukry [g] 29,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 3 959,6 |
| 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>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 | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Pulpet z kurczaka + 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                                                             | Pasta z kurczaka + 100 g<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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                     | Pomidor 100 g                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 274,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,4<br>Tłuszcz [g] 95,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 244,3<br>w tym cukry [g] 29,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 3 959,6  |



2026-01-26 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Marchew mini gotowana + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 150 g                           | Selerowa z makaronem (bez mleka) *( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 150 g<br>Potrawka drobiowa 200 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                       | 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                   | Brokuł gotowany (bez soli)* 100 g                                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 711,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92<br>Tłuszcz [g] 63,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 207,1 w tym cukry [g] 32,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,8<br>Sód [mg] 3 507       |
| GD- UCK Płynna                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa z zacierka bulka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml | Zupa ziemniaczana + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ. 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 koperkowa z ziemniakami + z mięsem dr. mix 500 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 738,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,9<br>Tłuszcz [g] 87<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 355,6 w tym cukry [g] 117,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,3<br>Sód [mg] 5 050,8     |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa z zacierka bulka 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 | Zupa ziemniaczana + z mięsem wp. MIX 650 g ( <u>GLU PSZ. 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 koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                          | Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW. może zawierać: SOJ. ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 914,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 168,3<br>Tłuszcz [g] 102,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany ogółem [g] 339,7 w tym cukry [g] 96,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,1<br>Sód [mg] 4 727,7 |
| 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 ze schabu w ziołach + 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 ziemniaczana + mix 250 g ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pulpet z kurczaka + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                     | Zupa koperkowa z ziemniakami + 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>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 | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 365,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6<br>Tłuszcz [g] 84<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 312,5 w tym cukry [g] 54,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 4 336,1    |
| 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            |                                                                       | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/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                                                   |                                                                                                     | 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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                 | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )                                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 676,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5<br>Węglowodany ogółem [g] 396,8 w tym cukry [g] 92,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9<br>Sód [mg] 2 565,4   |

|                         |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew mini gotowana + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             |                                           | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/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                 |                                                                                                                                                       | 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 wędziona,parzona 50 g<br>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                          | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 678<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5<br>Węglowodany ogółem [g] 397,6<br>w tym cukry [g] 93,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,2<br>Sód [mg] 2 575,8   |
|                         | GD- UCK Trzuskowa                 | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bulka 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 + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            |                                           | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<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 ( <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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )                                                                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 359<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,2<br>Tłuszcz [g] 54,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4<br>Węglowodany ogółem [g] 388,9<br>w tym cukry [g] 94,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 2 784,6   |
|                         | 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>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 ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<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 ( <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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<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] 2 551,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,1<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 380<br>w tym cukry [g] 97,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9<br>Sód [mg] 2 781,7   |
|                         | GD- UCK Niskokaloryczna 1500 kcal | Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, 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 | Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g | Zupa ziemniaczana + 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryz brązowy + 100 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<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 | Chleb razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 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 od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa 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] 1 586,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,7<br>Tłuszcz [g] 49,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4<br>Węglowodany ogółem [g] 211,2<br>w tym cukry [g] 38,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,4<br>Sód [mg] 2 969,2 |
|                         | GD- UCK Włobrowal 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>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 ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryz biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<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 ( <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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<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] 2 291,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 54,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 369,8<br>w tym cukry [g] 93,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4<br>Sód [mg] 2 779,2 |

2026-01-26 poniedziałek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskosodowa              | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>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 homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Naleśniki z serem białym + 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<br>Mandarynka 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Sałatka z makaronu i kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u> )<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] 2 648<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 142,1<br>Tłuszcz [g] 91,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7<br>Węglowodany ogółem [g] 321,6<br>w tym cukry [g] 82,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 2 843,4    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa           | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Bulka 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 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew mini gotowana + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka 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>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 250 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 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 od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Sałatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u> )<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] 2 990,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,8<br>Tłuszcz [g] 84,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6<br>Węglowodany ogółem [g] 438,4<br>w tym cukry [g] 101,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,8<br>Sód [mg] 3 242,5 |
| GD- UCK Bezmięsna lekkoślawna    | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Bulka 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>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 ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<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 ( <u>GLU PSZ.</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.</u> <u>SOJ.</u> <u>GLU.</u> <u>JECZ.</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] 2 395,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,5<br>Tłuszcz [g] 68,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4<br>Węglowodany ogółem [g] 363,4<br>w tym cukry [g] 100,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,6<br>Sód [mg] 2 809,3  |
| GD- UCK Niskoreszkowa            | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> )<br>Bulka 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 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                        |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Prażone jabłka + 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.</u> <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<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] 2 128,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 64,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 291,2<br>w tym cukry [g] 49,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 9,4<br>Sód [mg] 1 467,1    |
| GD- UCK Niskoreszkowa 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>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> )                                                    |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Sos budyniowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Prażone jabłka + 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 Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Filet z kurczaka pieczony w ziołach (bez soli) 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                        | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> )                                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,6<br>Tłuszcz [g] 64,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4<br>Węglowodany ogółem [g] 327,6<br>w tym cukry [g] 44,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 9,9<br>Sód [mg] 1 283,8    |

2026-01-26 poniedziałek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogobitałkowa wysokokaloryczna     | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 80 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 30 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 250 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 20 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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 3 062,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,6<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7<br>Węglowodany ogółem [g] 454,2<br>w tym cukry [g] 101,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,3<br>Sód [mg] 3 283,7 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Ser mozzarella 80 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 30 g<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 50 g | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ryż biały + 250 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Prażone jabłka + 100 g<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>Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Seler naciowy słupki + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 20 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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 3 062,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,6<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7<br>Węglowodany ogółem [g] 454,2<br>w tym cukry [g] 101,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,3<br>Sód [mg] 3 283,7 |
| 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 niejadalnej 50 g<br>Serek wiejski bez laktozy 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 ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 200 g<br>Sos budyńowy na nap.sojowym o smaku śmietankowym z/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 |                                                                                                                                                                           | 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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                        | Biszkopity b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )                                                                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 700,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 79,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 400,8<br>w tym cukry [g] 95,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9<br>Sód [mg] 2 302,1  |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Zacierka na mleku 150 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 gotowany + 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                  |                                                                                                                                                                               | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <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>Mandarynka 1 szt                                                           |                                                                                                                                                                           | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salatka z makaronu i kurczaka 150 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<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] 2 535,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138,1<br>Tłuszcz [g] 89,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7<br>Węglowodany ogółem [g] 301,7<br>w tym cukry [g] 69,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 2 709,8  |

|                         |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 poniedziałek | GD- UCK Niskobiałkowa          | 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 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 z/c 250 ml                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ryż biały + 150 g<br>Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<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 ( <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>Salatka z makaronem z kurczakiem i warzywami dieta + 100 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                | Biszkopty b/ml 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 887,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,8<br>Tłuszcz [g] 42,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9<br>Węglowodany ogółem [g] 327,6<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,9<br>Sód [mg] 2 230     |
|                         | GD- UCK Bogatobłonnikowa       | Zacierka 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ryż brązowy + 250 g<br>Pulpet z kurczaka + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<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 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>Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Pomidor 100 g                                                                                                                                                                                                                                                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 625,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 102,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 337<br>w tym cukry [g] 60,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 49,4<br>Sód [mg] 3 986     |
|                         | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Żurek z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ. MLE. GLU ŻYT. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ryż brązowy + 200 g<br>Wieprzowina w sosie słodko-kwaśnym z warzywami + 200 g ( <u>SOJ.</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 100 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>Pomidor 50 g<br>Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. może zawierać: SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Sos pieczarkowy + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Fasolka szparagowa żółta gotowana + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 217,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,8<br>Tłuszcz [g] 94<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 265,6<br>w tym cukry [g] 38,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 2 818,6 |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 2026-01-27 wtorek       | 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 warzywami dieta + 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ser wędzony 50 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 JĘCZ.</u> )                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. SOJ.</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>Szynekowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ślupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 156,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 88,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 237,6<br>w tym cukry [g] 62,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 3 461,2  |
|                         | 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 warzywami dieta + 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ser wędzony 50 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 JĘCZ.</u> )                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki pieczone z ziołami + 200 g<br>Udko z kurczaka pieczone + 150 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. ORZ. SEL. GOR. GLU ŻYT. GLU OW. GLU JĘCZ.</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką + 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>Szynekowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Ślupki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 228,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 100,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7<br>Węglowodany ogółem [g] 223,6<br>w tym cukry [g] 53,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,7<br>Sód [mg] 3 342,4 |

2026-01-27 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo strawna           | 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>Twarożek + 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 pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 1 953,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 61,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5<br>Węglowodany ogółem [g] 255,8<br>w tym cukry [g] 70,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1<br>Sód [mg] 3 711,6 |
| GD- UCK Wegetariańska           | Chleb Graham "rodzinny" 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Ogórek kiszony z cebulką + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                          |                                           | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gulasz warzywny z ciecierzycą + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, SOJ.</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 wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Sałata lodowa 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] 2 161,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,1<br>Tłuszcz [g] 86,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>Węglowodany ogółem [g] 280,7<br>w tym cukry [g] 83,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,1<br>Sód [mg] 3 081,9  |
| GD- UCK Bezglutenowa            | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Ciastka bezglutenowe 50 g ( <u>JAJ.</u> ) | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Sałata 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] 2 218,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4<br>Węglowodany ogółem [g] 294,5<br>w tym cukry [g] 86,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 3 181    |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | 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 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                | Ciastka bezglutenowe 50 g ( <u>JAJ.</u> ) | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>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>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Sałata 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] 2 328,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,7<br>Tłuszcz [g] 91,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19<br>Węglowodany ogółem [g] 296,2<br>w tym cukry [g] 84,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,8<br>Sód [mg] 3 387      |

2026-01-27 wtorek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | 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% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 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 JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                                                                       | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 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% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 174,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,7<br>Tłuszcz [g] 84,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5<br>Węglowodany ogółem [g] 250,9<br>w tym cukry [g] 66,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,9<br>Sód [mg] 3 631,9  |
| 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>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 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>Szynek krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g         | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                 | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                                                                                   | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 152,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3<br>Tłuszcz [g] 59,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7<br>Węglowodany ogółem [g] 306,6<br>w tym cukry [g] 100,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 3 695,5 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węgl. dziecięca              | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                           | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynek 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 pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</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<br>Salata zielona 10 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml            | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2<br>Tłuszcz [g] 104,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4<br>Węglowodany ogółem [g] 201,1<br>w tym cukry [g] 51,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,3<br>Sód [mg] 4 195,6 |

2026-01-27 wtorek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmleczna 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                             | Kasza manna na nap. sojowym z owocami 200 ml ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 258,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,5<br>Tłuszcz [g] 78,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br>Węglowodany ogółem [g] 294,1<br>w tym cukry [g] 86,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9<br>Sód [mg] 3 606,4    |
| 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dyńa na parze + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                        | Kasza manna na mleku z owocami ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) 200        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                             | Kisiel o smaku truskawkowym 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 244,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br>Tłuszcz [g] 65,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5<br>Węglowodany ogółem [g] 313,8<br>w tym cukry [g] 108,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,5<br>Sód [mg] 3 966,3 |
| 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>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 50 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                                                          | Kasza manna na mleku z owocami ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) 200        | Zupa pomidorowa z ryżem + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńa na parze + 50 g<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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 50 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] 1 235,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55,4<br>Tłuszcz [g] 37<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2<br>Węglowodany ogółem [g] 174<br>w tym cukry [g] 62,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 10,8<br>Sód [mg] 2 267,6       |
| 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>Ser wędzony 30 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 JĘCZ.</u> )                                                     | Kasza manna na mleku z owocami ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) 200        | Zupa pomidorowa z ryżem + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 20 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] 1 887<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,2<br>Tłuszcz [g] 68,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 227<br>w tym cukry [g] 72,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,9<br>Sód [mg] 3 507         |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 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>Ser wędzony 50 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 JĘCZ.</u> ) | Kasza manna na mleku z owocami ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) 200        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 328,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2<br>Tłuszcz [g] 85,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 279,5<br>w tym cukry [g] 82,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,1<br>Sód [mg] 3 690,6    |



2026-01-27 wtorek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | 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>Dżem 25 g 2 szt<br>Salatka z pomidorów i koperku + 1 szt. 100 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Mandarynka 1 szt | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Kasza manna na mleku z owocami 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 1 szt. 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 282,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br>Tłuszcz [g] 76,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3<br>Węglowodany ogółem [g] 313,3<br>w tym cukry [g] 98,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 750,5 |
| 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>Dżem 25 g 2 szt<br>Dyńa na parze + 1 szt. 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. 30 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 50 g ( <u>SEL.</u> )                                                               | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Marchew talarki 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 2 253,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,1<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8<br>Węglowodany ogółem [g] 324,3<br>w tym cukry [g] 112,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 3 836,1     |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przyw. węgl. b/mil | 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>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Dyńa na parze + 1 szt. 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                 | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 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 wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 1 949,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113<br>Tłuszcz [g] 72,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1<br>Węglowodany ogółem [g] 226,4<br>w tym cukry [g] 54<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,7<br>Sód [mg] 4 535,1     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. bez insuliny         | Chleb Graham "rodzinny" 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                 |                                                                                                                                                                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Súpki papryki czerwonej + 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml      | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 695,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7<br>Węglowodany ogółem [g] 154,5<br>w tym cukry [g] 23,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 3 678,5  |

2026-01-27 wtorek

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, z insulinią            | <p>Chleb Graham "rodzinny" 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)<br/>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL.</u>)<br/>Ser wędzony 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br/>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)</p>                          | <p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)<br/>Mandarynka 1 szt</p>                                                                                                                                 | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g<br/>(<u>SOJ. MLE. SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br/>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br/>Ogórek kiszony z cebulką + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>    | <p>Surówka Coleslaw + 150 g (<u>JAJ. MLE. GOR. S02.</u>)</p>                                                                                 | <p>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/>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)<br/>Słupki papryki czerwonej + 130 g<br/>Salata lodowa 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>  | <p>Brukselka gotowana + 100 g</p>           | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 950,6<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br/>Tłuszcz [g] 92,8<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br/>Węglowodany ogółem [g] 184,3<br/>w tym cukry [g] 45,5<br/>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br/>Sód [mg] 4 292,7</p> |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, z insulinią, z ogr. tł | <p>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/>Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 150 g<br/>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Szyńka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u>)<br/>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g<br/>(<u>SOJ. MLE. SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br/>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g<br/>Marchew talarki gotowane + 150 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>          | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>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/>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g (<u>JAJ. MLE.</u>)<br/>Buraki gotowane słupki + 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Seler gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 698,5<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5<br/>Tłuszcz [g] 57,2<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br/>Węglowodany ogółem [g] 215,6<br/>w tym cukry [g] 54,2<br/>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br/>Sód [mg] 3 956,9</p>   |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu, bezglutenowa           | <p>Chleb bezglutenowy 60 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</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/>Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Salatka z pomidorów i koperku + 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                   | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br/>Salata zielona 10 g</p>                                                         | <p>Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ. SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br/>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br/>Marchew talarki gotowane + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Mandarynka 1 szt</p>     | <p>Chleb bezglutenowy 60 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>)<br/>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br/>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)<br/>Buraki gotowane słupki + 150 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                             | <p>Seler gotowany + 100 g (<u>SEL.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 782,7<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9<br/>Tłuszcz [g] 72,4<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6<br/>Węglowodany ogółem [g] 198,7<br/>w tym cukry [g] 49,4<br/>Błonnik pokarmowy [g] 31,5<br/>Sód [mg] 4 263,5</p>  |

2026-01-27 wtorek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Salata zielona 10 g                                                                                             | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Marchew talarki 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 wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Mandarynka 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                  | Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 836,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 69,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 210,1<br>w tym cukry [g] 45,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,9<br>Sód [mg] 4 395,6 |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, 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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 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>rozdrobniona Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Jabiko pieczone 1szt. puree 1 szt | Zupa pomidorowa z ryżem + MIX 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + rozdrobniony 100 g<br>Marchew talarki gotowane + puree 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Serek śmietankowy naturalny 50 g<br>Dynia na parze + puree 50 g                                                        | Zupa grysikowa z ziemniakami + mix 200 g ( <u>GLU PSZ, 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 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>Buraki gotowane súpki + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 014,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 78,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7<br>Węglowodany ogółem [g] 239,3<br>w tym cukry [g] 60,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 4 775,9 |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węglu, 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>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</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 krusza z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g                            | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Marchew talarki 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                     | Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 817,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,4<br>Tłuszcz [g] 70,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2<br>Węglowodany ogółem [g] 212,3<br>w tym cukry [g] 50,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 4 020,7 |

2026-01-27 wtorek

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 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>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 pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Marchew talarki 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 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 debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )                                          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 779,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3<br>Tłuszcz [g] 69,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 210,9<br>w tym cukry [g] 49,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7<br>Sód [mg] 3 978     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węgl. nerkowa       | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z pomidorów, salaty i koperku (bez soli) 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                  | Grysikowa * 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 150 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce (bez soli) 100 g<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                        | Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )                                                                                | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                        | Brukselka gotowana + 100 g                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 048,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6<br>Tłuszcz [g] 94,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3<br>Węglowodany ogółem [g] 209,7<br>w tym cukry [g] 51,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,3<br>Sód [mg] 3 480,8  |
| GD- UCK Płynna                                  | Zupa ryż bulka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                               | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok jabłkowy z chrupkami kukurydzianymi MIX 350 ml                                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem + 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>Budyń o smaku śmietankowym z/c 350 ml ( <u>MLE.</u> )                                          | Zupa grysikowa z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                | Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 687,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,8<br>Tłuszcz [g] 78,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 375,2<br>w tym cukry [g] 157,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,2<br>Sód [mg] 4 320,4 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                       | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa ryż na nap soj. bulka tł rośl jajka MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                              | Sok jabłkowy z chrupkami kukurydzianymi MIX 350 ml<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                              | Zupa pomidorowa z ryżem (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 350 ml ( <u>SOJ.</u> )                             | Zupa grysikowa z ziemniakami + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                | Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 640,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,9<br>Tłuszcz [g] 85,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 354,5<br>w tym cukry [g] 121,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 3 376,8 |

2026-01-27 wtorek

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata             | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                    |  | Zupa pomidorowa z ryżem + MIX 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + rozdrobniony 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa gryskowa z ziemniakami + mix 200 g ( <u>GLU PSZ. 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 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>Buraki gotowane súpki + 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] 2 009,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,7<br>Tłuszcz [g] 72,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5<br>Węglowodany ogółem [g] 247,2<br>w tym cukry [g] 53,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,3<br>Sód [mg] 3 927,7 |
| GD- UCK 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 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                                                                                                |  | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 1 986,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,9<br>Tłuszcz [g] 75,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 240,1<br>w tym cukry [g] 56,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7<br>Sód [mg] 3 586,7  |
| GD- UCK Łatwostawna 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                               |  | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Marchew talarki 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M na miękko 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 1 971,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2<br>Tłuszcz [g] 69,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 246,9<br>w tym cukry [g] 61,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 722,1   |
| GD- UCK Trzusińska            | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</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. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                                                       |  | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki 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 1 szt<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 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] 1 829,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 48,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3<br>Węglowodany ogółem [g] 257,1<br>w tym cukry [g] 71,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1<br>Sód [mg] 3 651,1 |
| GD- UCK Lekko strawna         | 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>Twarożek + 50 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 JĘCZ.</u> ) |  | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 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>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane súpki + 80 g<br>Salata lodowa 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] 1 992,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,3<br>Tłuszcz [g] 70<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 249,2<br>w tym cukry [g] 65,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 17<br>Sód [mg] 3 524,2      |

2026-01-27 wtorek

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Twarożek + 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                   | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 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>Salata zielona 10 g | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka Coleslaw + 150 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                | Bruksełka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 412,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,8<br>Tłuszcz [g] 51,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8<br>Węglowodany ogółem [g] 171,2 w tym cukry [g] 34,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 3 830    |
| GD- UCK Wtrobowa/ 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z pomidorów bez skórki i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                |                                                                                                                                                                                                        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 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% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata lodowa 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] 1 788,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101<br>Tłuszcz [g] 55,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 226,2 w tym cukry [g] 67,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,6<br>Sód [mg] 2 556,7   |
| GD- UCK Niskosodowa                | 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>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 80 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                         |                                                                                                                                                                                                        | Grycikowa * 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce (bez soli) 100 g<br>Sos koperkowy (bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 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] 2 205,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 70,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 296,8 w tym cukry [g] 85,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,5<br>Sód [mg] 2 525,4 |
| 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>Twarożek + 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 JĘCZ.</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>Mandarynka 1 szt   | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Kasza manna na mleku z owocami 200 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 322,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 298,7 w tym cukry [g] 83,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,6<br>Sód [mg] 4 008,7 |
| GD- UCK Beztłuszczowa lekkostrawna | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                      |                                                                                                                                                                                                        | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kopytka ziemniaczane * 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dynia na parze + 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>Serek śmietankowy naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 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] 2 312,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,1<br>Tłuszcz [g] 83,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3<br>Węglowodany ogółem [g] 331,9 w tym cukry [g] 83,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,4<br>Sód [mg] 1 988,2  |

2026-01-27 wtorek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkikowa                  | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Szynekowa 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                                                        | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 901,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,2<br>Tłuszcz [g] 65<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8<br>Węglowodany ogółem [g] 228,9<br>w tym cukry [g] 52,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,1<br>Sód [mg] 2 878,4   |
| GD- UCK Niskreszkikowa 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 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 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>Szynekowa 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                                                     | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 957,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6<br>Tłuszcz [g] 73,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7<br>Węglowodany ogółem [g] 226,5<br>w tym cukry [g] 43,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,1<br>Sód [mg] 2 889   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | 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>Twarożek + 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 JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynek krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Mandarynka 1 szt | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              | Kasza manna na mleku z owocami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 322,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 298,7<br>w tym cukry [g] 83,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,6<br>Sód [mg] 4 008,7 |
| GD- UCK Wysokaloryczna                  | 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>Twarożek + 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 JĘCZ.</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynek krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Mandarynka 1 szt | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt              | Kasza manna na mleku z owocami 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Buraki gotowane słupki + 80 g<br>Salata lodowa 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] 2 322,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,3<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 298,7<br>w tym cukry [g] 83,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,6<br>Sód [mg] 4 008,7 |

2026-01-27 wtorek

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 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 b/c 250 ml                    |  | Zupa pomidorowa z ryżem (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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>Buraki gotowane słupki + 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] 1 917<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7<br>Tłuszcz [g] 72<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9<br>Węglowodany ogółem [g] 233,2 w tym cukry [g] 48<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,6<br>Sód [mg] 3 372,6        |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | 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>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 80 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 150 ml ( <u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )                                          |  | Grysikowa * 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce (bez soli) 100 g<br>Sos koperkowy (bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g                                                                                         |  | 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 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] 2 134,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 69,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>Węglowodany ogółem [g] 284,1 w tym cukry [g] 73,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,5<br>Sód [mg] 2 431    |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | 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 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Salatka z pomidorów i koperku + 100 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 200 g<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Sos koperkowy dieta + 50 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% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Buraki gotowane słupki + 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] 1 772,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,2<br>Tłuszcz [g] 44,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7<br>Węglowodany ogółem [g] 293,5 w tym cukry [g] 76,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,3<br>Sód [mg] 3 112,7  |
| GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | 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>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</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> ) |  | Zupa pomidorowa z ryżem + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka Colesław + 200 g ( <u>JAJ. MLE. GOR. S02.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                              | Brukselka gotowana + 100 g                                                        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 180,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6<br>Tłuszcz [g] 85<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 258,3 w tym cukry [g] 62<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,3<br>Sód [mg] 4 755,3     |
| GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | Zupa pomidorowa z ryżem + 300 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g<br>Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 1,5 [Por] x 100 g<br>Sos koperkowy dieta + 150 g ( <u>MLE.</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 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Słupki papryki czerwonej + 100 g<br>Udko z kurczaka pieczone + 150 g ( <u>SOJ. 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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 961,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9<br>Tłuszcz [g] 86,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 197,5 w tym cukry [g] 35,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8<br>Sód [mg] 4 436,1 |



|                  |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-26 środa | GD- UCK Podstawowa    | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Słupki rzodkwi białej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                                                                                                                                            | <p>Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (<b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera + 150 g (<b>MLE, SEL.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g (<b>RYB.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                          | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 195,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,2</p> <p>Tłuszcz [g] 83,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 265,4</p> <p>w tym cukry [g] 45,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 32</p> <p>Sód [mg] 2 758,8</p>     |
|                  | GD- UCK Podstawowa I  | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Słupki rzodkwi białej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                                                                                                                                            | <p>Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (<b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Kociolatek z kurczaka meksykański + 300 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Kalaftor gotowany + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                   |                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g (<b>RYB.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                          | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 250,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5</p> <p>Tłuszcz [g] 81,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 283,1</p> <p>w tym cukry [g] 49</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 30,5</p> <p>Sód [mg] 2 826,4</p>   |
|                  | GD- UCK Łatwo strawna | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                     |                                                                                                                                                            | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                              |                                  | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b>RYB, SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Dynia na parze + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                          | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 106,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,9</p> <p>Tłuszcz [g] 76,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 272,4</p> <p>w tym cukry [g] 53</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,4</p> <p>Sód [mg] 3 176</p>      |
|                  | GD- UCK Vegetariańska | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pasta z brokuła + 50 g</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 100 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Słupki rzodkwi białej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                     |                                                                                                                                                            | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Placki ziemniaczane 300 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Śmietana 18 % tł 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Surówka z marchwi i selera + 150 g (<b>MLE, SEL.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>         |                                  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Parówki roślinne klasyczne produkt na bazie białka grochowego, pasteryzowany 100 g (<b>GLU PSZ, może zawierać: SOJ, GOR, SEZ, S02.</b>)</p> <p>Ketchup 15g saszetka 1 szt</p> <p>Pasta z groszku zielonego + 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 283,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,7</p> <p>Tłuszcz [g] 112,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 266,7</p> <p>w tym cukry [g] 47,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35,9</p> <p>Sód [mg] 3 451,5</p> |
|                  | GD- UCK Bezglutenowa  | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE.</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                 | <p>Chleb bezglutenowy 25 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<b>JAJ, MLE.</b>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalaftor gotowany + 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>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b>RYB, SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                              | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 361</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2</p> <p>Tłuszcz [g] 86,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 300,2</p> <p>w tym cukry [g] 51,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 30,9</p> <p>Sód [mg] 2 754,3</p>    |

2026-01-28 środa

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | <p>Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Chleb bezglutenowy 25 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ.</b>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p>                                       | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ. SEL.</b>)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b>RYB, SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                          | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 427,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,5</p> <p>Tłuszcz [g] 93,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 292,9</p> <p>w tym cukry [g] 40,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,9</p> <p>Sód [mg] 2 767</p>   |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                 |                                                                                                                                                                                  | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ. SEL.</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>            |                                    | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Ser mozzarella 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b>RYB, SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                     | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 198,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2</p> <p>Tłuszcz [g] 81,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 266,5</p> <p>w tym cukry [g] 51,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,7</p> <p>Sód [mg] 3 023,6</p> |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | <p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                 | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ.</b>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ. SEL.</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt (<b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</b>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<b>RYB, SOJ, SEL.</b>)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 196,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,3</p> <p>Tłuszcz [g] 66,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 302,4</p> <p>w tym cukry [g] 66,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 33,6</p> <p>Sód [mg] 3 406,7</p> |

|                  |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------|------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01+28 środa | GD-UCK Z ogr. latwo przy.węgl. 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br>Sałata zielona 20 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>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera + 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Hummus + 50 g ( <u>SOJ.</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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej, groszku i cebuli + 50 g ( <u>RYB.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                        | Salatka z pomidorów i koperku + 100 g                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 098,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 85,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8<br>Węglowodany ogółem [g] 236,2<br>w tym cukry [g] 39,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 43,7<br>Sód [mg] 3 480  |
|                  | GD-UCK Bezmleczna dziecięca              | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                            | 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>Kalafor gotowany + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                            | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                   | 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>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                  | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 362,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9<br>Tłuszcz [g] 82,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3<br>Węglowodany ogółem [g] 300,8<br>w tym cukry [g] 56<br>Błonnik pokarmowy [g] 33<br>Sód [mg] 3 246      |
|                  | GD-UCK Latwo strawna dziecięca           | 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 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                        | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                   | 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>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                   | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 290,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 77,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5<br>Węglowodany ogółem [g] 314,3<br>w tym cukry [g] 67,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 3 438,8 |
|                  | GD-UCK Dzieci 1-3 lat                    | Płatki owsiane na mleku 100 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>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>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                    | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                            | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 100 g<br>Kalafor gotowany + 50 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 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g<br>Seler gotowany + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                     | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 312<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,7<br>Tłuszcz [g] 34,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6<br>Węglowodany ogółem [g] 195,2<br>w tym cukry [g] 49,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,8<br>Sód [mg] 1 671,5   |
|                  | GD-UCK Dzieci 4-7 lat                    | Płatki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bułka 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                     | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                            | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g<br>Surówka z marchwi i selera + 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<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 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 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>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                               | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 953,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,6<br>Tłuszcz [g] 68,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1<br>Węglowodany ogółem [g] 253,5<br>w tym cukry [g] 58,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,3<br>Sód [mg] 2 559,4 |

2026-01-28 środa

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Słupki rzodkwi białej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>                                                                                                                                            | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera + 150 g (<u>MLE, SEL.</u>)</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>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 453,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,1</p> <p>Tłuszcz [g] 85,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 324,4</p> <p>w tym cukry [g] 72,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35,1</p> <p>Sód [mg] 3 044,7</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>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 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>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 1 szt. 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>    | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 650</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,7</p> <p>Tłuszcz [g] 93,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 326,1</p> <p>w tym cukry [g] 60,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 32,6</p> <p>Sód [mg] 2 810,2</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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                 | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g</p>                 | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                   | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 521,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,4</p> <p>Tłuszcz [g] 94,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 303,9</p> <p>w tym cukry [g] 45,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35,5</p> <p>Sód [mg] 3 456,5</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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 70 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziolach + 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Buraki gotowane słupki + 1 szt. 50 g</p>        | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Seler gotowany + 200 g (<u>SEL.</u>)</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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 70 g</p> <p>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 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] 2 254,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,3</p> <p>Tłuszcz [g] 94,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 240</p> <p>w tym cukry [g] 47,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 40,8</p> <p>Sód [mg] 3 796,7</p>     |

2026-01-28 środa

|                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                                                       | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera + 200 g ( <u>MLE, 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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                                                                            | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 788,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2<br>Tłuszcz [g] 81,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6<br>Węglowodany ogółem [g] 181,9<br>w tym cukry [g] 24,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,6<br>Sód [mg] 3 286,1  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina            | 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt            | Bruksełka gotowana + 150 g                                                                                                                                            | Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera + 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Hummus + 100 g ( <u>SOJ.</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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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                                                                            | Salatka z pomidorów i koperku + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 078,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9<br>Tłuszcz [g] 89,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1<br>Węglowodany ogółem [g] 226,2<br>w tym cukry [g] 44<br>Błonnik pokarmowy [g] 49,7<br>Sód [mg] 4 025,3   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węglo. z insulina, 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek ziarnisty 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>Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Seler gotowany + 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 białek/p 50 g ( <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 1 szt<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor b/skórki 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 858,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2<br>Węglowodany ogółem [g] 235,5<br>w tym cukry [g] 51,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,7<br>Sód [mg] 3 634,7 |

2026-01-28 środa

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. bezglutenowa | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>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>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | 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>Salata zielona 10 g     | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 150 g<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Seler gotowany + 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 jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Kalafior gotowany + 50 g | 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>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                     | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 983,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6<br>Tłuszcz [g] 83,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br>Węglowodany ogółem [g] 215,1<br>w tym cukry [g] 37,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,2<br>Sód [mg] 3 465,2 |
| 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu 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>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<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>Kalafior gotowany + 50 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 Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                 | Buraki gotowane słupki + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 959,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 81,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 209<br>w tym cukry [g] 37,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 3 853,5 |
| 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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 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 b/ml 60 g<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt                                                | Zupa szpinakowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 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 z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Kalafior gotowany + puree 50 g | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + mix 200 g ( <u>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>Paprykarz z mintaja z warzywami + rozdrobniony 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br>Tłuszcz [g] 89,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5<br>Węglowodany ogółem [g] 256,3<br>w tym cukry [g] 59,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,5<br>Sód [mg] 5 351 |

2026-01-28 środa

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<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 szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Kalafior gotowany + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <b>RYB, SOJ, SEL.</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + 100 g                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 890,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,4<br>Tłuszcz [g] 71,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 218,4<br>w tym cukry [g] 38,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 3 547,1  |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. lekkostrawna   | 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<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 szpinakowa z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Seler gotowany + 200 g ( <b>SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Kalafior gotowany + 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                          | Buraki gotowane słupki + 100 g                                   | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 958,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,6<br>Tłuszcz [g] 77,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 219,3<br>w tym cukry [g] 38,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 3 547,1  |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węglu. nerkowa        | 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml    | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta z groszku zielonego b/ml (bez soli) 50 g<br>Salata zielona 10 g                                         | Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 150 g ( <b>GLU JECZ.</b> )<br>Gulasz wieprzowy (bez soli) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Surówka z marchwi i selera + 200 g ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Pasta z jaj (bez soli) 50 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )<br>Kalafior gotowany + 50 g          | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pasta z ciecierzycy z warzywami* (bez soli) 50 g ( <b>SEL.</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                        | Buraczki gotowane (bez soli) 100 g                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 992,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5<br>Tłuszcz [g] 76,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 221,4<br>w tym cukry [g] 30,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,2<br>Sód [mg] 3 218,3    |
| GD- UCK Płynna                                  | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka bułka tł rośli serek MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Jogurt naturalny 2,5% 350 ml ( <b>MLE.</b> )                                                                                            | Zupa szpinakowa z ziemniakami + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z sucharami MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )                                                     | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                               | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 614,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 147,9<br>Tłuszcz [g] 83,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 324,9<br>w tym cukry [g] 105,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 4 313,2 |

2026-01-28 środa

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Płynna bezmleczna      | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka na nap. sojowym bulka tł rośli jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                          | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u> ) | Zupa szpinakowa z ziemniakami + 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>Kisiel z sucharami MIX b/m 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 516,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,5<br>Tłuszcz [g] 82,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7<br>Węglowodany ogółem [g] 325,4<br>w tym cukry [g] 99,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 3 882,9   |
| 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                  |                                                                                                                         | Zupa szpinakowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g<br>Kalańior gotowany + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                               | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + mix 200 g ( <u>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 jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + rozdrobniony 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Buraki gotowane słupki + puree 100 g                             | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 087,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 258<br>w tym cukry [g] 53,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 4 640,7       |
| GD- UCK Bezmleczna             | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                         | 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>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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                      | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 164,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 82,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 259,2<br>w tym cukry [g] 41,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,7<br>Sód [mg] 3 049,7 |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                         | 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>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>Szyńka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g ( <u>RYB, SOJ, SEL.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                           | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 234,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8<br>Tłuszcz [g] 86,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 265,4<br>w tym cukry [g] 42,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,4<br>Sód [mg] 3 138,1 |
| GD- UCK Trzuskowa              | Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</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>Marchew talarki gotowane + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     |                                                                                                                         | 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>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 1 szt<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>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                       | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,2<br>Tłuszcz [g] 62,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 271,6<br>w tym cukry [g] 52,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,4<br>Sód [mg] 3 168,5  |



2026-01-28 środa

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                             |                                                                                                                                                     | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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>Ser mozzarella 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                           | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 094,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8</p> <p>Tłuszcz [g] 71,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 265,9</p> <p>w tym cukry [g] 51,8</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 26,7</p> <p>Sód [mg] 3 021</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>Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Słupki rzodkwi białej + 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                  | <p>Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 150 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera + 200 g (<u>MLE, SEL.</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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Kalafior gotowany + 50 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 z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 30 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                        | <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p>                                   | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 498,6</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8</p> <p>Tłuszcz [g] 44,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 207,7</p> <p>w tym cukry [g] 45,5</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 39,4</p> <p>Sód [mg] 3 377,9</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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                             |                                                                                                                                                     | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)</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>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor b/skórki 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1</p> <p>Tłuszcz [g] 58,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 267,9</p> <p>w tym cukry [g] 51,2</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 30</p> <p>Sód [mg] 3 159,6</p>    |
| 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                          |                                                                                                                                                     | <p>Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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>Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami* (bez soli) 50 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                         | <p>Gruszka 1szt. 150 g</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3</p> <p>Tłuszcz [g] 70,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 283,6</p> <p>w tym cukry [g] 61,7</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 27,9</p> <p>Sód [mg] 3 025,8</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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 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 jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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 90 g (<u>GLU 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>Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,9</p> <p>Tłuszcz [g] 82,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 334</p> <p>w tym cukry [g] 65</p> <p>Blonnik pokarmowy [g] 29,2</p> <p>Sód [mg] 3 306,6</p>     |

2026-01-28 środa

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmięsa lekkoślawna            | <p>Płatki 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>.)</p> <p>Pasta z brokula + 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                      |                                                                                                                                                                   | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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>Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>.)</p> <p>Pasta z groszku zielonego + 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                        | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 028,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,8</p> <p>Tłuszcz [g] 72,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 284</p> <p>w tym cukry [g] 54,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 32,6</p> <p>Sód [mg] 3 035,4</p>    |
| GD- UCK Niskoreszkowa                   | <p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>.)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                          |                                                                                                                                                                   | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                  | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 895,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3</p> <p>Tłuszcz [g] 61</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 251,1</p> <p>w tym cukry [g] 48</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 14,4</p> <p>Sód [mg] 1 571,3</p>    |
| GD- UCK Niskoreszkowa bezmleczna        | <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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                               |                                                                                                                                                                   | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Ryż na sypko 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g</p> <p>Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>.)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                             | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 045,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,2</p> <p>Tłuszcz [g] 82,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 223,7</p> <p>w tym cukry [g] 29,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 14</p> <p>Sód [mg] 1 928,7</p> |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | <p>Płatki 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>Marchew talarki gotowane + 100 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>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>.)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU</u> <u>JECZ</u>.)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g</p> <p>Paprykarz z mintają z warzywami + 80 g (<u>RYB</u>, <u>SOJ</u>, <u>SEL</u>.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,9</p> <p>Tłuszcz [g] 82,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 334</p> <p>w tym cukry [g] 65</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 29,2</p> <p>Sód [mg] 3 306,6</p>   |

|                  |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-28 środa | GD- UCK Wysokokaloryczna                   | <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 80 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 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 jaj z koperkiem dieta + 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>)</p> <p>Salata zielona 10 g</p> | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 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 90 g (<u>GLU 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>Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                     | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 532,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,9</p> <p>Tłuszcz [g] 82,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 334</p> <p>w tym cukry [g] 65</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 29,2</p> <p>Sód [mg] 3 306,6</p>     |
|                  | GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | <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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                                                                                                                                     | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                     | <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany (OWO-LOVO) 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 164,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,1</p> <p>Tłuszcz [g] 82,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 259,2</p> <p>w tym cukry [g] 41,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,7</p> <p>Sód [mg] 3 049,7</p> |
|                  | GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | <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 z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml</p>                                           |                                                                                                                                                     | <p>Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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>Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy z warzywami* (bez soli) 50 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml</p>                                                              | <p>Gruszka 1szt. 150 g</p>                                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 128,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2</p> <p>Tłuszcz [g] 70,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 275,1</p> <p>w tym cukry [g] 53,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,9</p> <p>Sód [mg] 3 009,6</p> |
|                  | GD- UCK Niskobiałkowa                      | <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 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Serek ziarnisty naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew talarki gotowane + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                          |                                                                                                                                                     | <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Kalafior gotowany + 150 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% 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g</p> <p>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p>                                   | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 484</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 57,4</p> <p>Tłuszcz [g] 42,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 230,3</p> <p>w tym cukry [g] 48,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 25,9</p> <p>Sód [mg] 2 514,1</p>    |
|                  | GD- UCK Bogatobłonnikowa                   | <p>Chleb razowy żytnio-pszenzny 100 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>Słupki rzodkwi białej + 130 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                       |                                                                                                                                                     | <p>Zupa grochowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>)</p> <p>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i selera + 200 g (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                                                 | <p>Chleb razowy żytnio-pszenzny 100 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>Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 130 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                    | <p>Buraki gotowane słupki + 100 g</p>                                   | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 009,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1</p> <p>Tłuszcz [g] 71,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 258,6</p> <p>w tym cukry [g] 51,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 45,2</p> <p>Sód [mg] 3 865,7</p> |

|                  |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-28 środa | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g<br>Surówka z marchwi i selera + 200 g ( <u>MLE, 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 mozzarella 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Kociołek wieprzowy meksykański + 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, GLU JECZ.</u> )<br>Kalafior gotowany + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     |                                                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 120,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 123,2<br>Tłuszcz [g] 82,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 230,1<br>w tym cukry [g] 46,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,4<br>Sód [mg] 3 990,2 |
|                  | GD- UCK Podstawowa             | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 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>Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym 1 szt. 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<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>Piersz 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>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Baton zbożowy (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 239,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,8<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1<br>Węglowodany ogółem [g] 283,7<br>w tym cukry [g] 75,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2<br>Sód [mg] 3 077    |
|                  | GD- UCK Podstawowa I           | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 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>Kotlet z kurczaka ze szpinakiem w płatkach kukurydżianych + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka wielowarzywna 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>Piersz 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>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Baton zbożowy (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 320,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 89,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,4<br>Węglowodany ogółem [g] 277,9<br>w tym cukry [g] 73,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 3 237,1  |
|                  | GD- UCK Łatwo strawna          | 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>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                 |  | 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 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% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Piersz 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>Twarożek różany + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabiko 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] 2 185,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30<br>Węglowodany ogółem [g] 282,6<br>w tym cukry [g] 95,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 3 466,8    |
|                  | GD- UCK Wegetariańska          | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>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 jajeczno-brokulowa + 50 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta z fasoli z suszonymi pomidorami i słonecznikiem + 50 g<br>Ogórek kiszony 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>Cukinia faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzywna 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>Twarożek różany + 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>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Baton zbożowy (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 062,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,9<br>Tłuszcz [g] 79,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 263,9<br>w tym cukry [g] 82<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4<br>Sód [mg] 2 623,8    |

2026-01-29 czwartek

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                  | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 50 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Twarożek różany + 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<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] 2 664,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 102,5<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9<br>Węglowodany ogółem [g] 318,2 w tym cukry [g] 124,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 3 892,5 |
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                | Chleb bezglutenowy 25 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 50 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>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb bezglutenowy 90 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>Miód (25g) 2 szt<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] 2 829,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,3<br>Tłuszcz [g] 111,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4<br>Węglowodany ogółem [g] 357,8 w tym cukry [g] 123,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,2<br>Sód [mg] 4 210,1 |
| GD- UCK Lekkostrawna kobieł ciężarnych i matek karmiących | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> )<br>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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 80 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                                                      | 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 100 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>Pierś delikatna z kurnej polki 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>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] 2 562,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,6<br>Tłuszcz [g] 103,2<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,3<br>Węglowodany ogółem [g] 282,7 w tym cukry [g] 94,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 3 928,2  |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 50 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <b><u>SEL.</u></b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 50 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 tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt            | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE</u></b> )<br>Pierś delikatna z kurnej polki 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>Jabiko 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] 2 393<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9<br>Tłuszcz [g] 67,9<br>Kwasytłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3<br>Węglowodany ogółem [g] 337,2 w tym cukry [g] 127,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 3 647,2    |

2026-01-29 czwartek

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Z ogr. łatwo przysw. 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 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>Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 50 g | 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>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 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>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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml      | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 328,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 138,9<br>Tłuszcz [g] 111,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7<br>Węglowodany ogółem [g] 213,1<br>w tym cukry [g] 56,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,7<br>Sód [mg] 4 764,2 |
| GD-UCK Bezmleczna dziecięca           | Makaron 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                 | Chrupki kukurydziane 20 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>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                         | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                              | 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                                                                                                                                                             | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 979,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 120,4<br>Tłuszcz [g] 107,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26<br>Węglowodany ogółem [g] 394,1<br>w tym cukry [g] 124,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,3<br>Sód [mg] 4 330,8  |
| GD-UCK Łatwo strawna dziecięca        | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chrupki kukurydziane 20 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 tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                     | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml                              | 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       | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 410,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 336,4<br>w tym cukry [g] 125,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 509,9    |
| 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, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml                                              | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                       | 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>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 100 ml                              | 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>Dynia na parze + 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 491,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,7<br>Tłuszcz [g] 51,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6<br>Węglowodany ogółem [g] 187,2<br>w tym cukry [g] 71,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,5<br>Sód [mg] 1 836,6   |

2026-01-29 czwartek

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )<br>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                  | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                   | Zupa selerowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym 1 szt. 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Bukiet warzyw gotowanych + 100 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) | 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. 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 ekspresowa owocowa<br>Cateringowa z/c 250 ml                                                               | Baton zbożowy (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 071,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,8<br>Tłuszcz [g] 70,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2<br>Węglowodany ogółem [g] 272,5<br>w tym cukry [g] 79,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,7<br>Sód [mg] 2 489,6 |
| 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, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )                                                        | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                   | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym 1 szt. 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 100 g<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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 (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 424,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,9<br>Tłuszcz [g] 90,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2<br>Węglowodany ogółem [g] 317,5<br>w tym cukry [g] 79<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,8<br>Sód [mg] 2 981,4   |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza  | Makaron na napoju sojowym 1 szt. 250 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ</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% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</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 JĘCZ</u> ) | Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g<br>Pomidor 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u> )<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] 2 915,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,7<br>Tłuszcz [g] 125,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,4<br>Węglowodany ogółem [g] 326,6<br>w tym cukry [g] 88<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,6<br>Sód [mg] 4 035,4 |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka | Makaron na napoju sojowym 1 szt. 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Pasta warzywna + 1 szt. 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                       | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | 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 tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt      | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 1 szt. 200 ml                       | 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>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] 2 695,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106<br>Tłuszcz [g] 88,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9<br>Węglowodany ogółem [g] 378,6<br>w tym cukry [g] 107,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,4<br>Sód [mg] 3 789,1 |

|                     |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Pasta warzywna + 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>Szynka od Żduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 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 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Dynia na parze + 1 szt. 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                          | Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116<br>Tłuszcz [g] 94,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3<br>Węglowodany ogółem [g] 225,2<br>w tym cukry [g] 56,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,1<br>Sód [mg] 4 553,7    |
|                     | 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 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |                                                                                                                                                                     | 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>Surówka wielowarzywna z olejem 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>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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,3<br>Tłuszcz [g] 102,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8<br>Węglowodany ogółem [g] 169,2<br>w tym cukry [g] 28,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,1<br>Sód [mg] 3 881   |
|                     | GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. węglo. z insulina          | 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 100 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )                                                                                      | 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>Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 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>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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 293,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,5<br>Tłuszcz [g] 111,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5<br>Węglowodany ogółem [g] 217,1<br>w tym cukry [g] 62,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,2<br>Sód [mg] 4 862,7 |



2026-01-29 czwartek

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywłgło. 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 80 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>Pomidor b/skórki 50 g  | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ. MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                 | Bułka pszenna długa krojona 15 g ( <b><u>GLU PSZ.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 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>Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 70 g ( <b><u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ.</u></b> )<br><b><u>SOJ. MLE, SEL, GOR.</u></b><br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew talarki gotowane + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 082,7</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,5</b><br><b>Tłuszcz [g] 75,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 235,6</b><br><b>w tym cukry [g] 60,9</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 34,5</b><br><b>Sód [mg] 4 484,1</b> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywłgło. 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Twarożek + 80 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>Pomidor 50 g    | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <b><u>SOJ. MLE, SEL.</u></b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        | Chleb bezglutenowy 15 g ( <b><u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u></b> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Pomarańcza 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b><u>MLE.</u></b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                                                                                       | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 503,2</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143</b><br><b>Tłuszcz [g] 116,4</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 233,6</b><br><b>w tym cukry [g] 66,7</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 36,6</b><br><b>Sód [mg] 5 078,1</b>  |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przywłgło. białeczna    | 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b><u>SOJ.</u></b> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g<br>Pomidor 50 g | 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>Buraki tarte na ciepło + 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Pomarańcza 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 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                                                                                                                                                         | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 496,9</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 119,7</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 230,4</b><br><b>w tym cukry [g] 63,5</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 36</b><br><b>Sód [mg] 5 238,7</b>  |

2026-01-29 czwartek

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 150 g ( <u>SEL.</u> )<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>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt                     | Zupa selerowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, 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 tarte na ciepło + 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 warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <u>SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt                                                                                | Zupa koperkowa z ryżem + 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet warzyw gotowanych + puree 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 231,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6<br>Tłuszcz [g] 92,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1<br>Węglowodany ogółem [g] 260,9<br>w tym cukry [g] 61,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,8<br>Sód [mg] 4 849,1 |
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</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>Pomidor 50 g | 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>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Pomarańcza 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                     | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 526,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 147,1<br>Tłuszcz [g] 114,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6<br>Węglowodany ogółem [g] 244<br>w tym cukry [g] 66,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,8<br>Sód [mg] 4 875,1  |
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</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>Pomidor 50 g | 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>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>Pomarańcza 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                     | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 461<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,8<br>Tłuszcz [g] 112,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7<br>Węglowodany ogółem [g] 241,8<br>w tym cukry [g] 65,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,8<br>Sód [mg] 4 832,4  |

2026-01-29 czwartek

|                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw.ęgło, nerkowa | 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata lodowa 20 g | Selerowa z makaronem * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Cukinia faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                          | Chleb pszenno-żytni bez soli 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 z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Słupki z marchewki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 634,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,8<br>Tłuszcz [g] 62,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 211,3<br>w tym cukry [g] 59,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,4<br>Sód [mg] 3 187,1   |
| GD- UCK Płynna                           | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa makaron bulka 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                                                              | Zupa selerowa 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> )        | Zupa koperkowa z ryżem + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, 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] 2 835,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 143,5<br>Tłuszcz [g] 92,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9<br>Węglowodany ogółem [g] 366,8<br>w tym cukry [g] 145,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 4 317,5 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                | Zupa makaron bulka tł rośl jajko na n/sojowym 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>Kisiel z chrupkami MIX 350 ml                                                              | Zupa selerowa 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>Kasza manna na nap. sojowym MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) | Zupa koperkowa z ryżem (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, 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] 2 789,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140<br>Tłuszcz [g] 96,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1<br>Węglowodany ogółem [g] 348,1<br>w tym cukry [g] 112,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 3 480,1   |
| 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    |                                                                                                                                    | Zupa selerowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, 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 tarte na ciepło + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |                                                                                                         | Zupa koperkowa z ryżem + 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 różany + 50 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>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] 2 247,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97<br>Tłuszcz [g] 80,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 286,7<br>w tym cukry [g] 87,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,9<br>Sód [mg] 4 113,8     |
| GD- UCK Bezmleczna                       | Makaron 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<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>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                                                                                                                                                                                | Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 754,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,5<br>Tłuszcz [g] 106,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 340,3<br>w tym cukry [g] 94<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,8<br>Sód [mg] 4 287,7   |

2026-01-29 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna    | Makaron 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 szt<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] 2 381,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7<br>Tłuszcz [g] 80,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 330<br>w tym cukry [g] 86,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 3 670,8     |
| GD- UCK Trzusińska                | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                               |                                                                                | 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 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 1 szt<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] 2 086,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1<br>Węglowodany ogółem [g] 280,4<br>w tym cukry [g] 95,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br>Sód [mg] 3 515,2 |
| GD- UCK Lekko strawna             | 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>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>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>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] 2 557,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,6<br>Tłuszcz [g] 96,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8<br>Węglowodany ogółem [g] 295,3<br>w tym cukry [g] 102,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30<br>Sód [mg] 4 232,2 |
| 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                          | Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, selera i papryki b/c + 100 g ( <u>SEL.</u> ) | 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 + 120 g<br>Sos jarzynowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | 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>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 582,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73<br>Tłuszcz [g] 66<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 189,4<br>w tym cukry [g] 50<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,1<br>Sód [mg] 3 663,6       |

2026-01-29 czwartek

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wąrobował z ogr. tłuszczu | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>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% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 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>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>Jabiko 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] 2 201,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 68,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 293<br>w tym cukry [g] 102,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 3 659,7  |
| 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                |                                                                                                                                       | Selerowa z makaronem * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Cukinia faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem 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>Twarożek różany + 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                                                                                                                                                    | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 773,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,3<br>Tłuszcz [g] 59<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 236,5<br>w tym cukry [g] 69,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 2 786,7      |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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 + 80 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] 2 905,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 150,1<br>Tłuszcz [g] 107,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43<br>Węglowodany ogółem [g] 330,3<br>w tym cukry [g] 116,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 481,7 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkoślawna     | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g ( <u>JAJ</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                          |                                                                                                                                       | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Kopytka ziemniaczane * z tłuszczem i cukrem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Miód (25g) 2 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] 2 658,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66,4<br>Tłuszcz [g] 82,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 415,4<br>w tym cukry [g] 109,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,3<br>Sód [mg] 1 919,7 |
| GD- UCK Niskoresztkowa            | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                         |                                                                                                                                       | 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 tarte na ciepło + 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>Serek homo. naturalny 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] 2 213,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,1<br>Tłuszcz [g] 85,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3<br>Węglowodany ogółem [g] 240,4<br>w tym cukry [g] 60,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,5<br>Sód [mg] 2 943,1 |

2026-01-29 czwartek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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 tarte na ciepło + 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] 2 245,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4<br>Tłuszcz [g] 88,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 264,3<br>w tym cukry [g] 59,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,4<br>Sód [mg] 3 116,2   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | 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>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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 + 80 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] 2 905,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 150,1<br>Tłuszcz [g] 107,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43<br>Węglowodany ogółem [g] 330,3<br>w tym cukry [g] 116,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 481,7 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                | 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>Bulka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g<br>Pomidor 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>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt  | Ciastka zbożowe z owocami leśnymi 25g 1 szt ( <u>GLU PSZ, 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 + 80 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] 2 905,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 150,1<br>Tłuszcz [g] 107,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43<br>Węglowodany ogółem [g] 330,3<br>w tym cukry [g] 116,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2<br>Sód [mg] 4 481,7 |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy        | Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 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>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g<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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Miód (25g) 2 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] 2 504<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5<br>Tłuszcz [g] 101,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2<br>Węglowodany ogółem [g] 302,9<br>w tym cukry [g] 75,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7<br>Sód [mg] 3 891,3  |

|                     |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-29 czwartek | 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>Twarożek + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                         |  | Selerowa z makaronem * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Cukinia faszerowana ryżem i warzywami + 300 g ( <u>SEL</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g ( <u>SEL</u> )                                                                                                                            |  | Bułka 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                                                                                                           | Bukiet warzyw gotowanych + 100 g                                                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 739,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,1<br>Tłuszcz [g] 59<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 228<br>w tym cukry [g] 61,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 2 770,5      |
|                     | GD- UCK Niskobiałkowa                      | 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% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Twarożek + 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                       |  | Zupa selerowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Kopytka ziemniaczane * z tłuszczem i cukrem 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</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% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Piersz 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>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] 2 388<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 54,3<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5<br>Węglowodany ogółem [g] 405,4<br>w tym cukry [g] 107,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 1 860,3     |
|                     | 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>Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Twarożek + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                |  | Zupa selerowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g<br>Podudzie z kurczaka duszone paprykowe b/c + 2 [Por] x 120 g<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem 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>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>Pomarańcza 1 szt. 1 szt<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                          | Baton zbożowy (orzech-migdał) 1 szt 1 szt ( <u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 488,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9<br>Tłuszcz [g] 104,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38<br>Węglowodany ogółem [g] 283,1<br>w tym cukry [g] 64<br>Błonnik pokarmowy [g] 39,3<br>Sód [mg] 4 547    |
|                     | GD- UCK Posilek profilaktyczny             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Gołąbki z ryżem i mięsem wieprzowym 1 szt. 3 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )<br>Sos pomidorowy + 150 g<br>Bukiet warzyw gotowanych + 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>Ser żółty 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Kotlet z kurczaka z pomidorem suszonym i ogórkiem w płatkach kukurydzianych + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</u> )<br>Surówka wielowarzywna 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] 2 166,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8<br>Tłuszcz [g] 109,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 237,6<br>w tym cukry [g] 38,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,1<br>Sód [mg] 3 507,4 |
| 2026-01-30 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>Słupki rzodkwi białej + 100 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>Miruna smażona 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 100 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</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 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt                                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 158,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 79,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 268,8<br>w tym cukry [g] 53<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,8<br>Sód [mg] 3 057,6 |

2026-01-30 piątek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Słupki rzodkwi białej + 100 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 + 120 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>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 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 262,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 94,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 266,8<br>w tym cukry [g] 66,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 3 693,5 |
| 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   |                                      | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                        |                                                                                                                                   | Bułka pszenna długa krojona 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>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] 1 995,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3<br>Tłuszcz [g] 63,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 262,6<br>w tym cukry [g] 65,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24<br>Sód [mg] 3 516    |
| GD- UCK Wegetariańska           | 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>Krem o smaku orzechowym 50 g ( <u>MLE, ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, ORZ</u> )<br>Ser mozzarella 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                |                                      | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> )<br>Burger warzywny z zielonego groszku pieczoney + 3 [Por] x 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g ( <u>JAJ, GOR</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 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml          | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 590,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,3<br>Tłuszcz [g] 119,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5<br>Węglowodany ogółem [g] 304,8<br>w tym cukry [g] 67,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,8<br>Sód [mg] 3 438  |
| GD- UCK Bezglutenowa            | Ryż na mleku 250 ml ( <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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                       | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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 bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 20 g | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</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>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] 2 133,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97<br>Tłuszcz [g] 71,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 278,5<br>w tym cukry [g] 87,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3<br>Sód [mg] 3 246,7   |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | Ryż na napoju sojowym 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                 | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                          | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Salata zielona 20 g                        | Chleb bezglutenowy 90 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</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] 2 257,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,2<br>Tłuszcz [g] 81<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 277,3<br>w tym cukry [g] 76,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2<br>Sód [mg] 3 361,5  |



|                   |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | 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% 20 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>50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                    |                                                                                                                                                            | Zupa brokułowa 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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c<br>+ 150 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% 20 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>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<br>1 szt         | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 2 072,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>102,9<br>Tłuszcz [g] 72<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 33,3<br>Węglowodany ogółem [g] 261,4<br>w tym cukry [g] 68,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 247,7     |
|                   | GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr.ituszczu- dzieci             | 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% 10 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>50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Pomidor b/skórki 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                           | 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 20 g                        | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE</u> ,<br><u>SEL</u> ,)<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB</u> ,)<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Dyńa na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                              | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200<br>ml ( <u>MLE</u> ,)                                                                                                                                 | Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> ,)<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 50 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g<br>( <u>JAJ</u> , <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] 2 167,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>116,7<br>Tłuszcz [g] 56,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 23,8<br>Węglowodany ogółem [g] 306,7<br>w tym cukry [g] 86,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 3 716,2 |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. dziecięca                 | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt<br>( <u>MLE</u> ,)<br>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,)<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 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>50 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,)<br>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,)<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa brokułowa 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 150 g<br>Paluszeki rybne 120 g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>RYB</u> ,)<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej +<br>200 g ( <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,)<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Fasolka szparagowa zielona gotowana +<br>50 g | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> ,)<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ,)<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa,<br>parzona, zapiekana 70 g<br>Sałatka jarzynowa z jajkiem + 150 g<br>( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,)<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c<br>+ 100 g | Wartość energetyczna wg rozp.<br>1169/2011[kcal] [kcal] 2 184,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g]<br>108<br>Tłuszcz [g] 97,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem<br>[g] 29,7<br>Węglowodany ogółem [g] 239,9<br>w tym cukry [g] 50,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 37,9<br>Sód [mg] 3 689,9   |

2026-01-30 piątek

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                            | Banan 1szt. 1 szt | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chrupki kukurydziane 30 g                             | 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 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] 2 353,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 328,2<br>w tym cukry [g] 96,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 4 103,6  |
| GD- UCK Łatwo 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>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>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                    | Banan 1szt. 1 szt | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                               | Budyń o smaku czekoladowym 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>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] 2 387,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 68,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8<br>Węglowodany ogółem [g] 342,2<br>w tym cukry [g] 128,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 4 588,1 |
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | Ryż na mleku 250 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>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                 | Banan 1szt. 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 100 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Miruna na parze 100g + 0,5 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                 | Budyń o smaku czekoladowym 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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g<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] 1 209,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 53,3<br>Tłuszcz [g] 27,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6<br>Węglowodany ogółem [g] 192<br>w tym cukry [g] 83,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,4<br>Sód [mg] 2 566,1     |
| 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 + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                     | Banan 1szt. 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna smażona 120g + 120 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 150 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) | Bułka 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 30 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 100 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 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] 2 100<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1<br>Tłuszcz [g] 65,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5<br>Węglowodany ogółem [g] 292,5<br>w tym cukry [g] 107,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7<br>Sód [mg] 3 645,3    |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | 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>Słupki rzodkwi białej + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Banan 1szt. 1 szt | Zupa brokułowa 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 białej i czerwonej + 150 g ( <u>JAJ. GOR.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Budyń o smaku czekoladowym 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>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 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 588,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 86,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 352,5<br>w tym cukry [g] 118,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 4 262,8 |

2026-01-30 piątek

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza                        | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek śmietankowy naturalny termizowany-twój smak 1 szt ( <b>MLE</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 1 szt. 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                     | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt                                                                                  | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )                                                                                 | Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 2 [Por] x 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt         | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 825,1</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,6</b><br><b>Tłuszcz [g] 110,7</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 61,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 363,2</b><br><b>w tym cukry [g] 149,1</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 28,1</b><br><b>Sód [mg] 4 036,8</b> |
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | 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>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                      | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                                       | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL</b> )<br>Makaron z warzywami i tofu*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                              | Chrupki kukurydziane 30 g                                                                                                            | 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>Schab gotowany + 1 szt. 50 g<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                        | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt         | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 365,9</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 76,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 329</b><br><b>w tym cukry [g] 78,5</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 29,9</b><br><b>Sód [mg] 2 899,2</b>     |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przyw. węglo. b/ml | Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb Graham "rodzinny" 30 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>Buraki gotowane słupki + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                         | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL</b> )<br>Makaron z warzywami i tofu*- dieta BM 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL</b> )<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                        | Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Seler gotowany + 1 szt. 50 g ( <b>SEL</b> ) | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 70 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 1 szt. 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] 2 027,8</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9</b><br><b>Tłuszcz [g] 81,7</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 247,1</b><br><b>w tym cukry [g] 56,5</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 43,1</b><br><b>Sód [mg] 3 944</b>      |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. węglo. bez insuliny        | Jogurt naturalny 2,5% ti 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>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml |                                                                                                                                            | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g ( <b>JAJ, GOR</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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 70 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                  | Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 758,2</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 80,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 175,9</b><br><b>w tym cukry [g] 32,9</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 31</b><br><b>Sód [mg] 3 285,3</b>        |

2026-01-30 piątek

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 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>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g ( <b>JAJ, GOR</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 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 70 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml              | Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g                                                   | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 979,6</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,1</b><br><b>Tłuszcz [g] 83,5</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 208,5</b><br><b>w tym cukry [g] 50,9</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 37,9</b><br><b>Sód [mg] 3 845,8</b> |
| 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>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 130 g<br>Salata zielona 20 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>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                  | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Salata 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 70 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 | Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <b>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</b> ) | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 803,8</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8</b><br><b>Tłuszcz [g] 59,8</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 210,1</b><br><b>w tym cukry [g] 42,3</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 28,2</b><br><b>Sód [mg] 3 537,1</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>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 130 g<br>Salata zielona 20 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>Jabłko 1 szt 1 szt   | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<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>SEZ, może zawierać: ORZ</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 20 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 70 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL</b> )                                                               | <b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 892,9</b><br><b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,4</b><br><b>Tłuszcz [g] 72,1</b><br><b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7</b><br><b>Węglowodany ogółem [g] 212,3</b><br><b>w tym cukry [g] 55,9</b><br><b>Błonnik pokarmowy [g] 34,1</b><br><b>Sód [mg] 3 650,9</b> |

|                   |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-30 piątek | GD- UCK Z ogr. łatwo 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Pomidor 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                             | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt     | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 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 | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Sałata zielona 20 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 70 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                                                                                                                          | Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 909<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,8<br>Tłuszcz [g] 73,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5<br>Węglowodany ogółem [g] 214,7<br>w tym cukry [g] 56,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,3<br>Sód [mg] 4 097   |
|                   | GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglo. papkowata      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta - Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego. 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <u>JAJ, 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miruna na parze 100g + rozdrobniona 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Dynia na parze + 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g<br>Dynia na parze + puree 50 g | Zupa ziemniaczana + mix 200 g ( <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 białek z natką pietruszki + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <u>SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Seler gotowany + puree 100 g ( <u>SEL.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 907,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,7<br>Tłuszcz [g] 67<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 241,9<br>w tym cukry [g] 53,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 37<br>Sód [mg] 4 267,8   |
|                   | 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>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 130 g<br>Sałata zielona 20 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>Jabłko 1 szt 1 szt      | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 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 | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata 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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 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                                                                                                                             | Seler gotowany + 100 g ( <u>SEL.</u> )       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 886<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,7<br>Tłuszcz [g] 65,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 224,1<br>w tym cukry [g] 55,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,5<br>Sód [mg] 3 500,7 |

2026-01-30 piątek

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglo. lekkostrawna | 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 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 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB.</b> )<br>Salatka 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 ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 20 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Marchew talarki gotowane + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL.</b> )    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 886<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,7<br>Tłuszcz [g] 65,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 224,1<br>w tym cukry [g] 55,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,5<br>Sód [mg] 3 500,7    |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy węglo. nerkowa      | 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  | Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt                                                                  | Brokułowa z ryżem * 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Makaron pełnoziarnisty z warzywami i tofu* 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                   | Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g                                                                                  | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> )<br>Schab gotowany + 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Salata zielona 10 g                              | Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL.</b> )    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 904,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,2<br>Tłuszcz [g] 69,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 237,9<br>w tym cukry [g] 47<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,4<br>Sód [mg] 3 256,7     |
| GD- UCK Płynna                                | Zupa zacierka bułka tł rośl jajko MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX 350 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )                      | Zupa brokułowa z makaronem + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                             | Budyń o smaku czekoladowym z/c MIX 350 ml ( <b>MLE.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                            | Zupa ziemniaczana + z mięsem dr. MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 830,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 145,4<br>Tłuszcz [g] 94,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 356,4<br>w tym cukry [g] 145,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,7<br>Sód [mg] 5 202,3 |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                     | Zupa zacierka bułka tł rośl jajko nap./sojowy MIX 650 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                             | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy z sucharami MIX b/m 350 ml ( <b>GLU PSZ.</b> )                            | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem wp. MIX 650 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                             | Budyń o smaku czekoladowym na nap. sojowym z/c MIX 350 ml ( <b>SOJ.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml            | Zupa ziemniaczana (bez mleka) + z mięsem dr. MIX 500 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                         | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 702,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,6<br>Tłuszcz [g] 88,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>Węglowodany ogółem [g] 343,5<br>w tym cukry [g] 108,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4<br>Sód [mg] 4 564,2 |

2026-01-30 piątek

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>pasta - Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego. 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |  | Zupa brokułowa z makaronem + MIX 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <b>MLE</b> )<br>Miruna na parze 100g + rozdrobniona 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Dyńia na parze + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt        |  | Zupa ziemniaczana + mix 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, 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 warzyw i szynki drobiowej + 50 g ( <b>SEL, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki + 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> )<br>Marchew talarki gotowane + puree 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] 1 908,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,1<br>Tłuszcz [g] 60,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8<br>Węglowodany ogółem [g] 255,8<br>w tym cukry [g] 54,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7<br>Sód [mg] 3 362,7  |
| GD- UCK Bezmleczna             | 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 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                             |  | Zupa brokułowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <b>SOJ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b>SEL</b> )<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 ( <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 ki 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] 2 050,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,8<br>Tłuszcz [g] 70,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 257,5<br>w tym cukry [g] 58,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 3 251,8 |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | 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>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                  |  | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <b>SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Dyńia 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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g<br>Jajko gotowane ki 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] 2 061,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104<br>Tłuszcz [g] 70,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 261,3<br>w tym cukry [g] 54,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 357,3   |
| GD- UCK Trzuskowa              | Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Buraki gotowane słupki + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                     |  | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <b>MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Dyńia 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 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 + 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] 1 839,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,5<br>Tłuszcz [g] 47,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3<br>Węglowodany ogółem [g] 264,6<br>w tym cukry [g] 66,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9<br>Sód [mg] 3 311,5  |
| GD- UCK Lekko strawna          | 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>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                   |  | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <b>RYB</b> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<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 ( <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 ki 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] 1 997,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8<br>Tłuszcz [g] 63,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 261,3<br>w tym cukry [g] 68,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22<br>Sód [mg] 3 245,1   |

2026-01-30 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Słupki rzodkwi białej + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                | Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                                     | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 50 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 razowy żytnio-pszenny 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 30 g ( <u>MLE.</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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 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                                           | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 502,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,4<br>Tłuszcz [g] 36,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,1<br>Węglowodany ogółem [g] 223,4<br>w tym cukry [g] 78,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,9<br>Sód [mg] 3 440,6   |
| GD- UCK Wtrobowa/ 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>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 b/skórki 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                                          | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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% 10 g ( <u>MLE.</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] 1 849,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100<br>Tłuszcz [g] 50,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21<br>Węglowodany ogółem [g] 257,4<br>w tym cukry [g] 61<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,1<br>Sód [mg] 3 369,9        |
| 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>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                 |                                                                                                                          | Brokułowa z ryżem * 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron z warzywami i tofu* 300 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )<br>Salatka z buraczków i jabłka z olejem 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 gotowany + 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 146,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,1<br>Tłuszcz [g] 64,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8<br>Węglowodany ogółem [g] 320,3<br>w tym cukry [g] 60,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,5<br>Sód [mg] 2 523,2   |
| 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>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 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 homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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 | Budyń o smaku czekoladowym 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>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] 2 434,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,8<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 328,3<br>w tym cukry [g] 108,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 3 842,6 |
| GD- UCK Beźniewska lekkostrawna   | 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>Serek ziarnisty naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata 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>Makaron z warzywami i tofu*- dieta BM 300 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>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</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 | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 949,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62,6<br>Tłuszcz [g] 66,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 284,7<br>w tym cukry [g] 70,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,1<br>Sód [mg] 2 357,2   |



2026-01-30 piątek

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Niskreszkikowa                  | 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>Pasta z kurczaka + 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                               |                                                                                                                          | Zupa ziemniaczana + 250 g ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńa na parze + 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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 70 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                         | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 887,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,4<br>Tłuszcz [g] 58,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1<br>Węglowodany ogółem [g] 229,7<br>w tym cukry [g] 58<br>Błonnik pokarmowy [g] 15<br>Sód [mg] 2 716,9      |
| GD- UCK Niskoreszkikowa bezmleczna      | 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 + 80 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt                                                                            |                                                                                                                          | Zupa ziemniaczana (bez mleka, bez glutenu) + 250 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Dyńa na parze + 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>Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 70 g<br>Schab gotowany + 50 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                      | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 965,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,1<br>Tłuszcz [g] 65,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 233,5<br>w tym cukry [g] 57,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,8<br>Sód [mg] 2 781,9  |
| 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>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 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 homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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 | Budyń o smaku czekoladowym 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>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] 2 434,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,8<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 328,3<br>w tym cukry [g] 108,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 3 842,6 |
| 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>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 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 homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Zupa brokułowa z makaronem + 250 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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 | Budyń o smaku czekoladowym 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>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] 2 434,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,8<br>Tłuszcz [g] 73,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9<br>Węglowodany ogółem [g] 328,3<br>w tym cukry [g] 108,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6<br>Sód [mg] 3 842,6 |

2026-01-30 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>Serek wiejski ziarnisty 200g bez laktozy 1 szt ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<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>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100 g ( <u>SEL.</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>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] 2 150,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,5<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 261,3<br>w tym cukry [g] 61,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5<br>Sód [mg] 3 037,8 |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | Jogurt naturalny 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>Serek ziarnisty naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                 |  | Brokułowa z ryżem * 250 ml ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Makaron z warzywami i tofu* 300 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL.</u> )<br>Salatka 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>Schab gotowany + 50 g<br>Salatka jarzynowa z jajkiem 150 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                                    | Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt         | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 024,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76<br>Tłuszcz [g] 63,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1<br>Węglowodany ogółem [g] 294,5<br>w tym cukry [g] 48<br>Błonnik pokarmowy [g] 20<br>Sód [mg] 2 490,2        |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | 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>Serek ziarnisty naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Pomidor 80 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 200 g<br>Miruna na parze 100g + 0,5 [Por] x 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 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 |  | 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 30 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] 1 960<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,3<br>Tłuszcz [g] 56,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3<br>Węglowodany ogółem [g] 300,8<br>w tym cukry [g] 68,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,9<br>Sód [mg] 3 124,2    |
| 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>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>Słupki rzodkwi białej + 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 250 g<br>Miruna na parze 100g + 100 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos koperkowy dieta + 50 g ( <u>MLE.</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 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>Salatka jarzynowa z jajkiem + 150 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,6<br>Tłuszcz [g] 86,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6<br>Węglowodany ogółem [g] 294,7<br>w tym cukry [g] 78,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 42<br>Sód [mg] 4 652,5   |

|                   |                       |                      |                    |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------|-----------------------|----------------------|--------------------|--------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota | GD- UCK Łatwo strawna | GD- UCK Podstawowa I | GD- UCK Podstawowa | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <p>Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g</p> <p>Miruna smażona 120g + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>)</p> <p>Surówka z kapusty białej i czerwonej + 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                   |  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Mięsivo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 100 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> <p>Kotlet wieprzowy mielony + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Cebula smażona + 30 g</p> <p>Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g</p> |                                                                                      | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 070,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9</p> <p>Tłuszcz [g] 83,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 237,7</p> <p>w tym cukry [g] 49,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,4</p> <p>Sód [mg] 4 057,5</p>    |
|                   |                       |                      |                    |                                | <p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</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>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL.</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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, SOZ.</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                       | <p>Mieszanka studencka 40g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 274,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4</p> <p>Tłuszcz [g] 92,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 273</p> <p>w tym cukry [g] 73,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 28,2</p> <p>Sód [mg] 3 723</p>       |
|                   |                       |                      |                    |                                | <p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</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>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p> | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Fasolka po bretońsku + 350 g (<u>SEL, GOR.</u>)</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, SOZ.</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                       | <p>Mieszanka studencka 40g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 671,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8</p> <p>Tłuszcz [g] 105,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 339,4</p> <p>w tym cukry [g] 82,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 39,8</p> <p>Sód [mg] 4 502,6</p> |
|                   |                       |                      |                    |                                | <p>Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE.</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 100 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>                                                                                                    | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</u>)</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 Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Dynia na parze + 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE.</u>)</p>                 | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 112,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,5</p> <p>Tłuszcz [g] 68,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 289,7</p> <p>w tym cukry [g] 69,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 28,9</p> <p>Sód [mg] 3 981,3</p>   |

2026-01-31 sobota

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Vegetariańska                                     | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Ser żółty 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b>)</p> |                                                                                                                                                      | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Ryz biały + 200 g</p> <p>Leczo wegetariańskie z tofu + 200 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b>)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, papryką i fasolą + 150 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                 |                                                                     | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 50 g</p> <p>Kielki brokuła 5 g</p> <p>Salatka z ryżu i brokułów + 150 g (<b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                             | <p>Brukselka gotowana + 100 g</p>                                   | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 488,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,3</p> <p>Tłuszcz [g] 88,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 356,8</p> <p>w tym cukry [g] 65,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35</p> <p>Sód [mg] 2 990,7</p>    |
| GD- UCK Bezglutenowa                                      | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<b>MLE</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 25 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ</b>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 50 g</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<b>JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<b>MLE</b>)</p> | <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<b>SOJ, MLE</b>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 394</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8</p> <p>Tłuszcz [g] 92,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 299,2</p> <p>w tym cukry [g] 64,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 29,6</p> <p>Sód [mg] 3 523,6</p>    |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna                           | <p>Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml (<b>SOJ</b>)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pasta z brokuła + 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 25 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ</b>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 50 g</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<b>SOJ, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g (<b>JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>         | <p>Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g</p>                        | <p>Chleb bezglutenowy 90 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>          | <p>Wafle ryżowe 30 g</p>                                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 415,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5</p> <p>Tłuszcz [g] 100,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 289</p> <p>w tym cukry [g] 41,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 33,8</p> <p>Sód [mg] 3 631,9</p>   |
| GD- UCK Lekkostrawna kobiet ciężarnych i matek karmiących | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b>)</p>                                      |                                                                                                                                                      | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>      |                                                                     | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>        | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<b>SOJ, MLE</b>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 201,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8</p> <p>Tłuszcz [g] 77,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 284,6</p> <p>w tym cukry [g] 66,9</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,1</p> <p>Sód [mg] 3 961,1</p> |

2026-01-31 sobota

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci | Platki kukurydziane 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 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 JECZ</u> ) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Barszcz czerwony 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>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                   | 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 dodatkiem wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńa na parze + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 386,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,1<br>Tłuszcz [g] 64,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 345,6<br>w tym cukry [g] 66,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7<br>Sód [mg] 4 149,5 |
| GD- UCK Z ogr. łańwo przy węglu, 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 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<br>Chrupki kukurydziane 50 g                                                                                                                  | Barszcz czerwony 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 + 50 g ( <u>MLE</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 kiel. wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodatkiem wody 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              | Brukselka gotowana + 100 g                                     | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 855,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,3<br>Tłuszcz [g] 66<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3<br>Węglowodany ogółem [g] 237,7<br>w tym cukry [g] 38,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 44<br>Sód [mg] 4 242,5      |
| GD- UCK Bezmleczna dziecięca                   | Platki kukurydziane 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z brokula + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                        | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )                                                                                                                                   | Barszcz czerwony 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>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt           | Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g                                                                                                                            | 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 dodatkiem wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Dyńa na parze + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                              | Wafle ryżowe 30 g                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 566,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90<br>Tłuszcz [g] 78,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>Węglowodany ogółem [g] 383,9<br>w tym cukry [g] 42,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 3 484,6    |
| GD- UCK Łatwo strawna dziecięca                | Platki kukurydziane 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )             | Paluszki z sezamem 70 g ( <u>GLU PSZ, SEZ</u> )                                                                                                                                   | Barszcz czerwony 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>Seler gotowany + 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE</u> )                                                                                                   | 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 dodatkiem wody 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dyńa na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      | Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt ( <u>SOJ, MLE</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 607,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,4<br>Tłuszcz [g] 81,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 366,7<br>w tym cukry [g] 69,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 3 981,3 |

2026-01-31 sobota

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Dzieci 1-3 lat          | <p>Platki kukurydziane na mleku 100 ml (<u>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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 30 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Marchew gotowana plaster + 50 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                                                                                                     | <p>Paluszki z sezamem 50 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p>        | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Seler gotowany + 50 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                  | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 100 g (<u>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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Dynia na parze + 50 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p>                  | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE</u>)</p>                 | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 390</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,9</p> <p>Tłuszcz [g] 41,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 194,8</p> <p>w tym cukry [g] 38,1</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 13</p> <p>Sód [mg] 1 926,6</p>      |
| GD- UCK Dzieci 4-7 lat          | <p>Platki kukurydziane na mleku 150 ml (<u>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>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                                                                             | <p>Paluszki z sezamem 70 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p>        | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami + 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>            | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, SOZ</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 100 g</p> <p>Herbata ekspresowa owocowa</p> <p>Cateringowa b/c 250 ml</p> | <p>Mieszanka studencka 40g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4</p> <p>Tłuszcz [g] 85,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 277,4</p> <p>w tym cukry [g] 58,6</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 19,9</p> <p>Sód [mg] 3 035,9</p>  |
| GD- UCK Dzieci 8-14 lat         | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</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>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p> | <p>Paluszki z sezamem 70 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p>        | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką + 50 g (<u>MLE, GOR, SOZ</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>           | <p>Mieszanka studencka 40g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 769,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,3</p> <p>Tłuszcz [g] 105,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 350</p> <p>w tym cukry [g] 73,1</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 28,2</p> <p>Sód [mg] 3 723</p>    |
| GD- UCK Neutropeniczna odżywcza | <p>Platki kukurydziane na mleku 1 szt. 250 ml (<u>MLE</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% 20 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                        | <p>Paluszki z sezamem 1 szt. 70 g (<u>GLU PSZ, SEZ</u>)</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>       | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                         | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE</u>)</p>                 | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 829,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,1</p> <p>Tłuszcz [g] 93,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 398,7</p> <p>w tym cukry [g] 69,6</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 28,4</p> <p>Sód [mg] 3 588,4</p> |

2026-01-31 sobota

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                       | <p>Płatki kukurydziane na napoju sojowym 1 szt. 250 ml (<u>SOJ</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 warzywna + 1 szt. 50 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Seler gotowany + 1 szt. 100 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Biszkopty b/ml 1 szt. 30 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)</p>                                                                                                                                                   | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g</p> <p>Marchew gotowana plastry + 150 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Galaretką o smaku pomarańczowym 1 szt. 200 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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                          | <p>Wafle ryżowe 30 g</p>                | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 395,8</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,5</p> <p>Tłuszcz [g] 70,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 371,8</p> <p>w tym cukry [g] 48,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 31,7</p> <p>Sód [mg] 3 541,9</p> |
| GD- UCK Neutropeniczna z ogr. łatwo przysw. węgl. b/ml | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pasta warzywna + 1 szt. 50 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Seler gotowany + 1 szt. 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                                                  | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 15 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 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>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Pasta z brokuła + 1 szt. 50 g</p> | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 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 dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Dynia na parze + 1 szt. 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] 1 917,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,9</p> <p>Tłuszcz [g] 85,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 219</p> <p>w tym cukry [g] 49,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 46</p> <p>Sód [mg] 4 522,3</p>     |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węgl. bez insuliny           | <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>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ JAJ SOJ MLE SEL</u>)</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Pomidor 130 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                               |                                                                                                                                                                                                          | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ MLE SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ JAJ</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Brukselka gotowana + 100 g</p>       | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 572,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,9</p> <p>Tłuszcz [g] 67,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 179,2</p> <p>w tym cukry [g] 37,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 38,7</p> <p>Sód [mg] 4 186,7</p> |

2026-01-31 sobota

|                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. z insulinią            | Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<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> ) | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Orzechy włoskie luskane 20 g ( <u>ORZ.</u> )                                                                               | Barszcz czerwony 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 selera i jabłka b/c + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 100 g<br>Ogórek kiszony 100 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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Brukselka gotowana + 100 g       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 952,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1<br>Tłuszcz [g] 88,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7<br>Węglowodany ogółem [g] 208,4<br>w tym cukry [g] 40,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 44,5<br>Sód [mg] 4 484,9 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy.węgl. z insulinią, 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 130 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )             | Bulka 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>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt   | Barszcz czerwony 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>Seler gotowany + 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                | Bulka pszenna długa krojona 15 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata 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>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 | Marchew gotowana plastry + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 655,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,8<br>Tłuszcz [g] 52,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8<br>Węglowodany ogółem [g] 219,4<br>w tym cukry [g] 47,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 35,2<br>Sód [mg] 3 885,7 |
| 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 130 g<br>Salata zielona 20 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>Pasta z brokuła + 50 g | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata lodowa 10 g                          | 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       | Marchew gotowana plastry + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 887,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,1<br>Tłuszcz [g] 89<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 192,3<br>w tym cukry [g] 42<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,8<br>Sód [mg] 3 936,4     |



2026-01-31 sobota

|                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. iatwo 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Salata zielona 20 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>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>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 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>Pasta z brokuła + 50 g<br>Salata lodowa 10 g                                                                       | Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Dynia na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                   | Marchew gotowana plasty + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 872,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,4<br>Tłuszcz [g] 84<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8<br>Węglowodany ogółem [g] 200,4<br>w tym cukry [g] 30,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9<br>Sód [mg] 4 044,1    |
| GD- UCK Z ogr. iatwo przy węgl. papkowata      | Bulka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>pasta Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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. GLU JĘCZ.</u> )      | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z brokuła + 1 szt. 100 g                                                                       | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Seler gotowany + puree 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Bulka 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>Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt | Marchewkowa z ziemniakami* mix 200 g ( <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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dynia na parze + puree 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Marchew gotowana plasty + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 961,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5<br>Węglowodany ogółem [g] 224,9<br>w tym cukry [g] 38,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 34<br>Sód [mg] 4 707,2   |
| GD- UCK Z ogr. iatwo 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 130 g<br>Salata zielona 20 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>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 100 g ( <u>SOJ.</u> ) | Barszcz czerwony 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 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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>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 + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                    | Marchew gotowana plasty + 100 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 905,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,9<br>Tłuszcz [g] 77,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 211,1<br>w tym cukry [g] 43,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 3 689,5 |

2026-01-31 sobota

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 130 g<br>Sałata zielona 20 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>Pasta z wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 100 g ( <u>SOJ.</u> ) | Barszcz czerwony 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 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata 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>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>Dyńa na parze + 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml      | Marchew gotowana plastry + 100 g                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 825,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6<br>Tłuszcz [g] 74,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 208,5<br>w tym cukry [g] 41,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,2<br>Sód [mg] 3 609    |
| GD- UCK Z ogr. latwo przy.węgl. nerkowa       | 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>Salatka z pomidorów, salaty i koperku 150 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )                                                                                                          | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 150 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> )<br>Roladka drobiowa z marchewką 120 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą,papryką i fasolą + 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chleb mieszany pszenno-żytni 15 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Różowa pasta ciecierzycowa z kolendrą + 50 g<br>Sałata 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z ryżu i brokułów + 150 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Brukselka gotowana + 100 g                            | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 006,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 78,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1<br>Węglowodany ogółem [g] 234,5<br>w tym cukry [g] 30,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,8<br>Sód [mg] 2 866,8 |
| GD- UCK Płynna                                | Zupa z ryżem bułka tł rośl serek MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                        | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Kisiel z chrupkami MIX z/c 350 ml                                                                                   | Barszcz czerwony 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>Kasza manna na mleku MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, 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 owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 610<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,1<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 356,7<br>w tym cukry [g] 138,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,4<br>Sód [mg] 4 245,8    |
| GD- UCK Płynna bezmleczna                     | Zupa z ryżem bułka tł rośl jajko na n/sojowym 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>Kisiel z chrupkami MIX z/c 350 ml                                                                                   | Barszcz czerwony 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 mleku/sojowym MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Marchewkowa z ziemniakami* (bez mleka) z mięsem dr MIX 500 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                                                                                       | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 580,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,1<br>Tłuszcz [g] 85,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 335,4<br>w tym cukry [g] 101,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25<br>Sód [mg] 3 340,5  |

2026-01-31 sobota

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowata              | Platki kukurydziane na mleku MIX 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>pasta Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 JĘCZ</b> ) |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 250 g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <b>MLE</b> )<br>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy dieta + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Seler gotowany + puree 150 g ( <b>SEL</b> )<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 ze schabu w ziołach + 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Dynia na parze + puree 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )                    | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 273,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3<br>Tłuszcz [g] 77,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 301,7<br>w tym cukry [g] 65,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 27<br>Sód [mg] 4 512,1  |
| GD- UCK Bezmleczna             | Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml ( <b>SOJ</b> )<br>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 z brokuła + 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                         |  | Barszcz czerwony 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>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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                      | Wafle ryżowe 30 g                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,9<br>Tłuszcz [g] 67,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>Węglowodany ogółem [g] 310,8<br>w tym cukry [g] 42,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,5<br>Sód [mg] 3 484,6 |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml ( <b>SOJ</b> )<br>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 warzywna + 50 g ( <b>SEL</b> )<br>Seler gotowany + 100 g ( <b>SEL</b> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                         |  | Barszcz czerwony 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 gotowana plastry + 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>Miód (25g) 2 szt<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                           | Wafle ryżowe 30 g                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 148,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,1<br>Tłuszcz [g] 68<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8<br>Węglowodany ogółem [g] 320,9<br>w tym cukry [g] 48,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,7<br>Sód [mg] 3 541,9   |
| GD- UCK Trzuskowa              | Platki kukurydziane na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> )<br>Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Marchew gotowana plastry + 100 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )          |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, 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 + 100 g ( <b>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>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Miód (25g) 2 szt<br>Dynia na parze + 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                           | Wafle ryżowe 30 g                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 136,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2<br>Tłuszcz [g] 55<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 333,6<br>w tym cukry [g] 65,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,9<br>Sód [mg] 3 933,5   |
| GD- UCK Lekko strawna          | Platki kukurydziane 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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )           |  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g ( <b>SOJ, MLE, 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 + 100 g ( <b>MLE</b> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c + 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% 15 g ( <b>MLE</b> )<br>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g ( <b>SOJ</b> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Dynia na parze + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml         | Wafle ryżowe w polowie malinowej 24g 1 szt ( <b>SOJ, MLE</b> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 153<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96<br>Tłuszcz [g] 72,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5<br>Węglowodany ogółem [g] 287,9<br>w tym cukry [g] 71,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 811,9     |

2026-01-31 sobota

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 twarogowy homogenizowany + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )                                                                             | Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Orzechy włoskie luskane 10 g ( <u>ORZ.</u> )                                  | Barszcz czerwony z ziemniakami + 150 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>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt ( <u>SOJ, 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>Rzodkiew biała 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                | Brukselka gotowana + 100 g                                      | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 428<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,8<br>Tłuszcz [g] 49,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3<br>Węglowodany ogółem [g] 190,6<br>w tym cukry [g] 32,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,2<br>Sód [mg] 3 669,3    |
| GD- UCK Wtrobowa/ Z ogr. tłuszczu | Płatki kukurydziane 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>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> )      |                                                                                                                                      | Barszcz czerwony 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>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% 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 + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Wafle ryżowe 30 g                                               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 027,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 57,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2<br>Węglowodany ogółem [g] 288,3<br>w tym cukry [g] 61,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,1<br>Sód [mg] 3 911,5  |
| GD- UCK Niskosodowa               | Płatki kukurydziane 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<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>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 JĘCZ.</u> )<br>Roladka drobiowa z marchewką 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jarzynowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą,papryką i fasolą + 150 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>Schab gotowany w ziołach plastry 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 100 g<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] 108,4<br>Tłuszcz [g] 61,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 308,7<br>w tym cukry [g] 72,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,6<br>Sód [mg] 3 121   |
| GD- UCK Bogatobiałkowa            | Płatki kukurydziane 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>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g ( <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> ) | Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Marchew gotowana plastry + 50 g | Barszcz czerwony 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>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                               | Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g ( <u>MLE.</u> ) | 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>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dyńia na parze + 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt ( <u>SOJ, MLE.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9<br>Tłuszcz [g] 81,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1<br>Węglowodany ogółem [g] 341,8<br>w tym cukry [g] 76,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,7<br>Sód [mg] 4 106,6 |

2026-01-31 sobota

|                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bezmiejsna lekkostrawna         | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</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>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Paszтет z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p>                 |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ryz biały + 200 g</p> <p>Mus z jabłek prażonych 150 g</p> <p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Pasta z brokula + 50 g</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                             | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 223,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,8</p> <p>Tłuszcz [g] 62,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 351,6</p> <p>w tym cukry [g] 76,3</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 19,9</p> <p>Sód [mg] 2 198,4</p>  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa                  | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</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>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p>                                                              |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Seler gotowany + 75 g (<u>SEL</u>)</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 Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                        | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 017,7</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,3</p> <p>Tłuszcz [g] 64,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 265,6</p> <p>w tym cukry [g] 57,1</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 18,1</p> <p>Sód [mg] 3 154,5</p>  |
| GD- UCK Niskoreszkłowa beznleczna       | <p>Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml (<u>SOJ</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>Dżem 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                                                     |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<u>SOJ, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g</p> <p>Seler gotowany + 75 g (<u>SEL</u>)</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>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 70 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Pasta ze schabu w ziołach + 50 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                 | <p>Wafle ryżowe 30 g</p>                                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 121,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92</p> <p>Tłuszcz [g] 73,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 281,2</p> <p>w tym cukry [g] 61,2</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 19,8</p> <p>Sód [mg] 2 800,8</p>    |
| GD- UCK Bogatobiałkowa wysokokaloryczna | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</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>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ</u>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 50 g</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>MLE</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>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<u>SOJ, MLE</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9</p> <p>Tłuszcz [g] 81,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 341,8</p> <p>w tym cukry [g] 76,2</p> <p>Łonnik pokarmowy [g] 26,7</p> <p>Sód [mg] 4 106,6</p> |

2026-01-31 sobota

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 25 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ</b>)</p> <p>Marchew gotowana plastry + 50 g</p> | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                            | <p>Galaretka jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<b>MLE</b>)</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>         | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<b>SOJ, MLE</b>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 525,1</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,9</p> <p>Tłuszcz [g] 81,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 341,8</p> <p>w tym cukry [g] 76,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,7</p> <p>Sód [mg] 4 106,6</p> |
| GD- UCK Lekkostrawna bez laktozy           | <p>Platki kukurydziane na napoju sojowym 250 ml (<b>SOJ</b>)</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Jogurt naturalny bez laktozy 150g 1 szt (<b>MLE b/LAK</b>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                     |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) + 250 g (<b>SOJ, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta (bez mleka) + 100 g</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                     |                                                                     | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 2 szt</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Twaróg półtusty b/laktozy 50 g (<b>MLE b/LAK</b>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> | <p>Wafle ryżowe 30 g</p>                                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 067,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,6</p> <p>Tłuszcz [g] 70,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 278,2</p> <p>w tym cukry [g] 40</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 27,3</p> <p>Sód [mg] 3 294,3</p>      |
| GD- UCK Niskosodowa z ograniczeniem płynów | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ</b>)</p> <p>Serek a'la homogenizowany o smaku waniliowym + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml</p>                                                                                        |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JĘCZ</b>)</p> <p>Roladka drobiowa z marchewką 120 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy * 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą,papryką i fasolą + 150 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |                                                                     | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Schab gotowany w ziołach plastry 50 g</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Rzodkiew biała 100 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml</p>                                                                                                                    | <p>Wafle ryżowe 30 g</p>                                            | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 854,5</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,7</p> <p>Tłuszcz [g] 44,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 272,6</p> <p>w tym cukry [g] 52,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,3</p> <p>Sód [mg] 2 786,4</p>  |
| GD- UCK Niskobiałkowa                      | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany + 30 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Dżem 80 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b>)</p>                                                                                                                       |                                                                                                                                               | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 50 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Seler gotowany + 150 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                                                      |                                                                     | <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<b>GLU PSZ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Miód (25g) 2 szt</p> <p>Pasta z twarogu z koperkiem + 30 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Dynia na parze + 80 g</p> <p>Salata lodowa 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                     | <p>Wafle ryżowe w polewie malinowej 24g 1 szt (<b>SOJ, MLE</b>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 824</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55</p> <p>Tłuszcz [g] 42,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 316,7</p> <p>w tym cukry [g] 80,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 24,8</p> <p>Sód [mg] 3 425,3</p>      |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-01-31 sobota    | GD- UCK Bogatobłoniłkowa       | <p>Platki kukurydziane na mleku 250 ml (<u>MLE</u>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Paszтет wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g</p> <p>Pomidor 130 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)</p>                                         | <p>Barszcz czerwony z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 200 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>       |  | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Rzodkiew biała 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p>                                                                                  | <p>Mieszanka studencka 40g 1 szt (<u>ORZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>                              | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 373,4</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4</p> <p>Tłuszcz [g] 90,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 304,4</p> <p>w tym cukry [g] 85,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 44,1</p> <p>Sód [mg] 5 111,3</p> |
|                      | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)</p> <p>Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c + 150 g (<u>SEL</u>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> |  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>)</p> <p>Salatka z ryżu i brokułów + 150 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)</p> <p>Fasolka po bretońsku + 350 g (<u>SEL, GOR</u>)</p> <p>Ogórek kiszony z cebulką + 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml</p> |                                                                                                                  | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 130,3</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6</p> <p>Tłuszcz [g] 92</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 262,4</p> <p>w tym cukry [g] 35,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 36,4</p> <p>Sód [mg] 4 121,2</p>    |
| 2026-02-01 niedziela | GD- UCK Podstawowa             | <p>Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>)</p> <p>Ser wędzony 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> | <p>Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Schab pieczony cały + 100 g</p> <p>Sos własny + 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>)</p> <p>Kapusta zasmażana + 150 g (<u>GLU PSZ, SOJ, 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)</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>Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 308,2</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,2</p> <p>Tłuszcz [g] 82,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 271,4</p> <p>w tym cukry [g] 52,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 20,7</p> <p>Sód [mg] 3 409</p>   |
|                      | GD- UCK Podstawowa I           | <p>Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>)</p> <p>Ser wędzony 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> | <p>Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE</u>)</p> <p>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>)</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>Ciastka zbożowe mleczne Belvita 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ</u>)</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 332,9</p> <p>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108</p> <p>Tłuszcz [g] 91,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 273,5</p> <p>w tym cukry [g] 61</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,9</p> <p>Sód [mg] 3 616</p>       |

2026-02-01 niedziela

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Łatwo 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, 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 dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<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% 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 z pietruszką gotowany z olejem + 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml        | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,9<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2<br>Węglowodany ogółem [g] 283,3<br>w tym cukry [g] 75,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5<br>Sód [mg] 4 278  |
| 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>Paszтет sojowy z pomidorami 60 g ( <u>SOJ, GOR,</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml               |                                                                                                                                                                                  | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Pierogi z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Dip jogurtowy naturalny + 100 g ( <u>MLE,</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>Hummus + 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 2 470,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,2<br>Tłuszcz [g] 90,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 324<br>w tym cukry [g] 72,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 2 028,3   |
| 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>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 + 80 g ( <u>SEL,</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml      | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g<br>Kalafor gotowany + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<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>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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 165<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 270,1<br>w tym cukry [g] 66,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,6<br>Sód [mg] 3 899,3     |
| GD- UCK Bezglutenowa bezmleczna | Ryż na napój sojowym 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>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 + 80 g ( <u>SEL,</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                         | Chleb bezglutenowy 25 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> )<br>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Kalafor gotowany + 50 g                                                                | 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 własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 374,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1<br>Tłuszcz [g] 87,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8<br>Węglowodany ogółem [g] 303,2<br>w tym cukry [g] 77,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,6<br>Sód [mg] 4 010,4 |



2026-02-01 niedziela

|                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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 + 80 g ( <u>SEL,</u> )<br>Salata lodowa 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>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<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% 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>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 290,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,1<br>Tłuszcz [g] 84,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7<br>Węglowodany ogółem [g] 277,5<br>w tym cukry [g] 74,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3<br>Sód [mg] 4 163,5 |
| GD- UCK Bogatobiałkowa z ogr. tłuszczu- dzieci            | 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>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                      | Bulka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 30 g<br>Salata lodowa 10 g                 | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                  | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                           | 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 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                 | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 225,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122,5<br>Tłuszcz [g] 61,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3<br>Węglowodany ogółem [g] 308,9<br>w tym cukry [g] 76,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,9<br>Sód [mg] 4 258,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przysw. 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>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>Salata lodowa 20 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 niejdalnej 50 g<br>Chrupki kukurydziane 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>Sos własny dieta + 50 g<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Kalafior gotowany + 50 g | 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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml       | Jabłko 1 szt 1 szt          | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 125,3<br>Tłuszcz [g] 81,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9<br>Węglowodany ogółem [g] 204,5<br>w tym cukry [g] 44<br>Błonnik pokarmowy [g] 33,9<br>Sód [mg] 3 975,5   |

2026-02-01 niedziela

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD-UCK Bezmieczna 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>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 + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                           | Chrupki kukurydziane 20 g | 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 własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3<br>Tłuszcz [g] 74,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 312,5<br>w tym cukry [g] 87,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,5<br>Sód [mg] 4 067,7 |
| 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                                            | Chrupki kukurydziane 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                  | Budyń o smaku czekoladowym 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>Jajko gotowane na miękko kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Filet zapiekany drobiowy 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 | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 439,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,8<br>Tłuszcz [g] 79,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32<br>Węglowodany ogółem [g] 325,1<br>w tym cukry [g] 93,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 28<br>Sód [mg] 4 601,2     |
| GD-UCK Dzieci 1-3 lat          | Zacierka na mleku 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka 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>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata ekspresowa owocowa<br>Cateringowa b/c 250 ml                                                                                                                                                | Chrupki kukurydziane 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 100 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g<br>Schab gotowany + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos własny dieta + 50 g<br>Buraki tarte na ciepło + 50 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                        | Mandarynka 1 szt                                      | Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki 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] 1 211,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,2<br>Tłuszcz [g] 38,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2<br>Węglowodany ogółem [g] 167,4<br>w tym cukry [g] 37,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,2<br>Sód [mg] 2 022,6  |
| GD-UCK Dzieci 4-7 lat          | Zacierka na mleku 250 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. S02.</u> )<br>Ser wędzony 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                            | Chrupki kukurydziane 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 150 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab pieczony cały + 0,5 [Por] x 100 g<br>Sos własny + 50 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt               | Mandarynka 1 szt                                      | Bułka 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>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 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] 1 822,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,1<br>Tłuszcz [g] 60,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 242,1<br>w tym cukry [g] 60,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 15,8<br>Sód [mg] 2 991,1  |
| 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 lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Chrupki kukurydziane 20 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny + 100 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Kapusta zasmażana + 150 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</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 zielona 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] 2 425,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,6<br>Tłuszcz [g] 83,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 298,4<br>w tym cukry [g] 61,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,1<br>Sód [mg] 3 639,2   |

|                      |                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-01 niedziela | GD- UCK Neutropeniczna odżywca                          | 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>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 | 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>Kalafor gotowany + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt   | Chrupki kukurydziane 20 g<br>Mandarynka 1 szt                                                                                                                                                              | 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 zielona 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] 2 698,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 126,7<br>Tłuszcz [g] 98,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7<br>Węglowodany ogółem [g] 329,6<br>w tym cukry [g] 76,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,7<br>Sód [mg] 4 151,7 |
|                      | GD- UCK Neutropeniczna bez mleka                        | 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 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                                                                                  | Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <u>SOJ,</u> )                                                                                                   | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Chrupki kukurydziane 20 g                                                                                                                                                                                  | 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 z pietruszką gotowany z olejem + 1 szt. 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml           | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 431,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,4<br>Tłuszcz [g] 82<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9<br>Węglowodany ogółem [g] 314,3<br>w tym cukry [g] 78,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,6<br>Sód [mg] 4 429,4   |
|                      | 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 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>Pasta z kurczaka + 1 szt. 50 g<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                      | Zupa dyniowa z ziemniakami (bez mleka) + 250 g ( <u>SOJ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<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 wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 1 szt. 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Marchew talarki gotowane + 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>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 z pietruszką gotowany z olejem + 1 szt. 150 g ( <u>GLU PSZ, 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] 1 997<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,4<br>Tłuszcz [g] 76,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 227,4<br>w tym cukry [g] 55,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7<br>Sód [mg] 4 712,4   |
|                      | GD- UCK Z ogr. łatwo przyw. 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 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>Salata lodowa 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>Schab pieczony cały + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                      | Migdały 30 g ( <u>ORZ,</u> )                                                                                 | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 826,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,2<br>Tłuszcz [g] 91,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5<br>Węglowodany ogółem [g] 153,5<br>w tym cukry [g] 28,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1<br>Sód [mg] 3 763,4 |

2026-02-01 niedziela

|                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. z insul. i   | <p>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/>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b>)<br/>Ser wędzony 50 g (<b>MLE</b>)<br/>Ogórek kiszony 130 g<br/>Sałata lodowa 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                   | <p>Kalafior gotowany + 150 g</p>                                                                                                                                                   | <p>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/>Surówka z białej kapusty z marchwią + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> | <p>Hummus + 100 g (<b>SOJ</b>)<br/>Seler naciowy słupki + 100 g (<b>SEL</b>)</p>                                                                                              | <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 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 ki M 1 szt (<b>JAJ</b>)<br/>Pomidor 130 g<br/>Sałata zielona 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>                                           | <p>Migdały 30 g (<b>ORZ</b>)</p>   | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 041,3<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,9<br/>Tłuszcz [g] 98,1<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28<br/>Węglowodany ogółem [g] 180,6<br/>w tym cukry [g] 34,2<br/>Błonnik pokarmowy [g] 39,1<br/>Sód [mg] 4 501,4</p>   |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. z insul. i   | <p>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/>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 + 100 g (<b>SEL</b>)<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br/>Sałata lodowa 10 g</p>         | <p>Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g (<b>SOJ, MLE, SEL.</b>)<br/>Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g<br/>Schab gotowany + 100 g<br/>Buraki tarte na ciepło + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>                   | <p>Bulka pszenna długa krojona 15 g (<b>GLU PSZ</b>)<br/>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ</b>)<br/>Kalafior gotowany + 50 g</p> | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)<br/>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<br/>Filet zapiekany drobiowy 50 g (<b>MLE</b>)<br/>Pasta z białek z koperkiem + 50 g (<b>JAJ, MLE</b>)<br/>Pomidor b/skórki 130 g<br/>Sałata zielona 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>              | <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 724,8<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 115,2<br/>Tłuszcz [g] 55,2<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5<br/>Węglowodany ogółem [g] 209,5<br/>w tym cukry [g] 55,8<br/>Błonnik pokarmowy [g] 26,4<br/>Sód [mg] 3 930,7</p> |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy. węgl. bezglutenowa | <p>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/>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<b>SOJ</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</p>                                   | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)<br/>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br/>Sałata lodowa 10 g</p> | <p>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 tarte na ciepło + 200 g<br/>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>              | <p>Chleb bezglutenowy 15 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b>)<br/>Pasta z kurczaka + 50 g<br/>Kalafior gotowany + 50 g</p>                                                     | <p>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 niejadalnej 50 g<br/>Jajko gotowane ki M 1 szt (<b>JAJ</b>)<br/>Pomidor 130 g<br/>Sałata zielona 20 g<br/>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> | <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> | <p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 942,7<br/>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,9<br/>Tłuszcz [g] 79,1<br/>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br/>Węglowodany ogółem [g] 206,5<br/>w tym cukry [g] 57,4<br/>Błonnik pokarmowy [g] 29,9<br/>Sód [mg] 4 418,1</p> |

2026-02-01 niedziela

|                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Salata lodowa 10 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 tarte na ciepło + 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 wędliną drobiowo-wieprzową i natką pietruszki (bez mleka) + 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Kalafior gotowany + 50 g | 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<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] 1 986,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117,4<br>Tłuszcz [g] 80,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 211<br>w tym cukry [g] 51,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 4 492,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przy węglu, 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 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 + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                   | Bułka 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 dyniowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + puree 250 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>Kalafior gotowany + puree 50 g                                               | Zupa koperkowa z ziemniakami + 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor b/skórki rozdrobniony 100 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 121,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107<br>Tłuszcz [g] 86,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6<br>Węglowodany ogółem [g] 243,4<br>w tym cukry [g] 65,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,3<br>Sód [mg] 4 964,4 |
| GD- UCK Z ogr. łatwo 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>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 + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Salata lodowa 10 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 tarte na ciepło + 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>Kalafior gotowany + 50 g   | 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<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] 1 959,3<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 124,4<br>Tłuszcz [g] 74,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 216,8<br>w tym cukry [g] 58,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 4 253,1 |

2026-02-01 niedziela

|                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw.ęło, 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>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Sałata lodowa 10 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 tarte na ciepło + 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>Kalaflor gotowany + 50 g | 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>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 130 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml     | Jabłko 1 szt 1 szt               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 921,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,4<br>Tłuszcz [g] 73<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 215,4<br>w tym cukry [g] 57,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3<br>Sód [mg] 4 204,2    |
| GD- UCK Z ogr. łatwo przyw.ęło, 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>Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                            | Kalaflor gotowany + 150 g                                                                                                                                                     | Dyniowa z makaronem* 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 150 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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 ciecierzycy z warzywami* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałatka z pomidorów, sałaty i koperku 150 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt               | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 989,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8<br>Tłuszcz [g] 78,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4<br>Węglowodany ogółem [g] 231,6<br>w tym cukry [g] 52,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 38,9<br>Sód [mg] 3 370,8  |
| GD- UCK Płynna                               | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka bulka tł. roś jajko MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok z sucharami MIX 350 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                              | Zupa dyniowa z ziemniakami + z mięsem wp. 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 koperkowa z ziemniakami + z mięsem dr mix 500 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, 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] 2 726,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 144,9<br>Tłuszcz [g] 98,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1<br>Węglowodany ogółem [g] 319,7<br>w tym cukry [g] 133,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,7<br>Sód [mg] 5 373,4 |
| GD- UCK Płynna beznleczna                    | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Zupa zacierka bulka tł. roś jajko na nap. sojowym MIX 650 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml<br>Sok z chrupkami MIX 350 ml                                                                                                            | Zupa dyniowa 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                                                                         | Budyń o smaku czekoladowym na nap. sojowym z/c MIX 350 ml ( <u>SOJ.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                    | Zupa koperkowa z ziemniakami (bez mleka) + z mięsem dr mix 500 g ( <u>GLU PSZ, 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] 2 652,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,8<br>Tłuszcz [g] 98,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1<br>Węglowodany ogółem [g] 304,8<br>w tym cukry [g] 93,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 321,2  |

2026-02-01 niedziela

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Papkowała              | 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>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 b/c 250 ml                            |  | Zupa dyniowa z ziemniakami + MIX 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki gotowane puree 200 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + puree 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt |  | Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 250 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, 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 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               | Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 285,2<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9<br>Tłuszcz [g] 83,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 288,9<br>w tym cukry [g] 69<br>Błonnik pokarmowy [g] 26<br>Sód [mg] 4 727,5     |
| GD- UCK Bezmleczna             | 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>Dżem 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 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 własny dieta + 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>Pasta z kurczaka + 50 g<br>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                               | Jabłko 1 szt 1 szt                | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 195,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 74,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7<br>Węglowodany ogółem [g] 285,4<br>w tym cukry [g] 78,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,2<br>Sód [mg] 3 985   |
| GD- UCK Łatwostrawna b/mleczna | 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>Dżem 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g ( <u>SEL.</u> )<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 gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 50 g<br>Jajko gotowane na miękko kl M 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 | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 206,5<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 75,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 293,2<br>w tym cukry [g] 80,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3<br>Sód [mg] 3 952,8  |
| GD- UCK Trzuskowa              | Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt<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 dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 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 1 szt<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                                                                     | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt       | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 020,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 57,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7<br>Węglowodany ogółem [g] 280,3<br>w tym cukry [g] 74,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,6<br>Sód [mg] 4 160,4 |

2026-02-01 niedziela

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Lekko 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 + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 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>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 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>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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml       | Jabłko 1 szt 1 szt           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 178<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111<br>Tłuszcz [g] 75,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4<br>Węglowodany ogółem [g] 275,9<br>w tym cukry [g] 73,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,2<br>Sód [mg] 4 112,1     |
| 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 + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 80 g<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                                                                                 | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) | 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>Sos własny dieta + 50 g<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml               | Migdały 20 g ( <u>ORZ.</u> ) | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 419<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3<br>Tłuszcz [g] 57,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2<br>Węglowodany ogółem [g] 150,8<br>w tym cukry [g] 34,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8<br>Sód [mg] 3 570,1    |
| GD- UCK Włobowal/ Z ogr. tłuszczu | 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 + 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 dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab gotowany + 100 g<br>Sos własny dieta + 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>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 zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 014,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8<br>Tłuszcz [g] 58,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1<br>Węglowodany ogółem [g] 276,4<br>w tym cukry [g] 74,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,8<br>Sód [mg] 4 097,6 |
| GD- UCK Niskosodowa               | 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>Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 g<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                               |                                          | Dyniowa z makaronem* 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 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 homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml             | Jabłko 1 szt 1 szt           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,2<br>Tłuszcz [g] 63,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5<br>Węglowodany ogółem [g] 300,3<br>w tym cukry [g] 79<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,5<br>Sód [mg] 2 940,8   |



2026-02-01 niedziela

|                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatobłakowa            | 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. SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<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>Kalafor gotowany + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt       | Budyń o smaku czekoladowym 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 555,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,1<br>Tłuszcz [g] 85,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1<br>Węglowodany ogółem [g] 321,6<br>w tym cukry [g] 94,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,4<br>Sód [mg] 4 599,9 |
| GD- UCK Beźmięśna lekkoślawna    | 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>Dżem 50 g<br>Twarożek z natką pietruszki + 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                      |                                                                                                                                                                           | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 300 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>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<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                    | Jabłko 1 szt 1 szt        | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 951,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 63,9<br>Tłuszcz [g] 61,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9<br>Węglowodany ogółem [g] 298,1<br>w tym cukry [g] 98,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,4<br>Sód [mg] 4 143,9  |
| GD- UCK Niskoresztkowa           | 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. SOJ.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 80 g ( <u>MLE.</u> )<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>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 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>Filet zapiekany drobiowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                        | Chrupki kukurydziane 20 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 858,9<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,5<br>Tłuszcz [g] 68,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9<br>Węglowodany ogółem [g] 211,8<br>w tym cukry [g] 35,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 12,7<br>Sód [mg] 2 554,7 |
| GD- UCK Niskoresztkowa beźmięśna | 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>Filet z kurczaka wolno gotowany plasty + 50 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 150 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 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>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            | Chrupki kukurydziane 20 g | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 032,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,9<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 229,7<br>w tym cukry [g] 31,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 14,1<br>Sód [mg] 2 819,8 |

2026-02-01 niedziela

|                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| GD- UCK Bogatoślakowa wysokokaloryczna     | 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 + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<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>Kalafior gotowany + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 20 g | 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>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Jabłko 1 szt 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 627,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,9<br>Tłuszcz [g] 86,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2<br>Węglowodany ogółem [g] 337,4<br>w tym cukry [g] 94,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 4 641,1 |
| GD- UCK Wysokokaloryczna                   | 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 + 80 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<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>Kalafior gotowany + 50 g | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 150 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt | Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chrupki kukurydziane 20 g | 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>Pasta z jaj z koperkiem dieta + 80 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                             | Jabłko 1 szt 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 627,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,9<br>Tłuszcz [g] 86,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2<br>Węglowodany ogółem [g] 337,4<br>w tym cukry [g] 94,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,9<br>Sód [mg] 4 641,1 |
| 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>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 + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                   |                                                                                                                                                                            | Ziemniaczana *(bez mleka) 250 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny dieta + 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>Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g<br>Jajko gotowane ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml | Jabłko 1 szt 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,4<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,5<br>Tłuszcz [g] 70,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7<br>Węglowodany ogółem [g] 279<br>w tym cukry [g] 75,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,4<br>Sód [mg] 3 878      |
| 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>Twarożek z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 50 g<br>Seler naciowy słupki + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 150 ml                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                            | Dyniowa z makaronem* 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Schab gotowany 100 g<br>Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 150 g                           |                                                                                    | Bułka 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 ki M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Dżem 50 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 100 ml                                   | Jabłko 1 szt 1 szt | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 961,1<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,4<br>Tłuszcz [g] 59,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24<br>Węglowodany ogółem [g] 263,1<br>w tym cukry [g] 59,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,5<br>Sód [mg] 2 630,9   |

|                      |                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|--------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-02-01 niedziela | GD- UCK Niskobiałkowa          | Bulka pszenna długa krojona 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z natką pietruszki + 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 50 g<br>Pasta z pieczonych warzyw dieta + 80 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata lodowa 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                                                                |  | Zupa dyniowa z ziemniakami + 250 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Zapiekanka ziemniaczana- dieta ( ) 300 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% 15 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem + 30 g ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Salata zielona 20 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                                                                              | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                           | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 631,7<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 40,5<br>Tłuszcz [g] 50,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3<br>Węglowodany ogółem [g] 267,6<br>w tym cukry [g] 87,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5<br>Sód [mg] 3 758,3  |
|                      | GD- UCK Bogatobłonnikowa       | 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. SÓL.</u> )<br>Ser wędzony 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 130 g<br>Salata lodowa 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 250 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Buraki tarte na ciepło + 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 zielona 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] 2 313,6<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,9<br>Tłuszcz [g] 83,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3<br>Węglowodany ogółem [g] 281,8<br>w tym cukry [g] 68,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,3<br>Sód [mg] 4 598,6 |
|                      | GD- UCK Posilek profilaktyczny |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g ( <u>SOJ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g<br>Schab pieczony cały + 100 g<br>Sos własny + 100 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )<br>Kapusta zasmażana + 200 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. 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>Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 100 g<br>Gulasz wieprzowy węgierski + 300 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty z marchwią + 200 g<br>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml |                                                                                                              | Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 062,8<br>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 114,8<br>Tłuszcz [g] 91,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 200,4<br>w tym cukry [g] 44,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,6<br>Sód [mg] 4 906,1 |

### **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,