

|                  |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                                            | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                                 | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                     | Dieta wegetariańska                                                                                                                                       | Dieta bezmleczna                                                                                                    | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                                     | Dieta wegańska                                                                                                                           | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                              |
|------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-01 środa | Śniadanie    | Zielonogórska 80g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor 50g<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio -pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) | Zielonogórska 80g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor 50g<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Kawa z mlekiem 250ml( <b>MLE</b> ) | Zielonogórska 80g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor 50g<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Kawa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> ) | Pasta warzywna 90 g( <b>SOJ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                    | Zielonogórska 80 g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor 50g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml | Zielonogórska 100 g<br>Masło roślinne 25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Kawa z mlekiem. 250 ml <b>LAK</b> )                   | Pasta warzywna 90 g( <b>SOJ</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 150 Masło roślinne25g( <b>LAK</b> ) g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml      | Zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor 50g<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Kawa z mlekiem250ml( <b>LAK</b> ) |
|                  | II śniadanie |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                           |                                                                                                                     | Serek kanapkowy50g ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                                                      |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |
|                  | obiad        | Gulasz z kaszą 250g( <b>GLU.PSZ</b> )<br>Surówka z marchwi i ogórka kwaszonego120g<br>Napój250ml                                                                            | Gulasz z kaszą 250g( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego120g<br>Napój250ml                                                                 | Gulasz z kaszą250g( <b>GLU.PSZ</b> )<br>Surówka z ogórka kiszzonego120g<br>Napój250ml                                                                               | Bukiet warzyw z fasolą w sosie pomidorowym250ml<br>Kasza300g<br>Napój250ml                                                                                | Gulasz z kaszą 250g( <b>GLU.PSZ</b> )<br>Surówka z marchwi i ogórka kwaszonego 120g<br>Napój250ml                   | Gulasz z kaszą 250g( <b>GLU.PSZ</b> )<br>Surówka z marchwi i ogórka kwaszonego120g<br>Napój250ml                                                           | Bukiet warzyw z fasolką w sosie pomidorowym250ml<br>Kasza300g<br>Napój250ml                                                              | Gulasz z kaszą 250g( <b>GLU.PSZ</b> )<br>Surówka z ogórka kwaszonego i marchwi120g<br>Napój250ml                                                                |
|                  | podwieczorek |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                           |                                                                                                                     | Dżem 80 g<br>Masło roślinne25( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                                            |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |
|                  | kolacja      | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                  | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 m                   | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250ml | Pasta jajeczna120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml   | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml | Hummus paprykowy120g<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml | Pasta z sera żółtego120g( <b>JAJ</b> )<br>Roszponka<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb pszenny 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml              |
|                  | P.W          | Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt                                                                                                                                       | Bułki maślane 2szt                                                                                                                                               | Bułki maślane 2 szt                                                                                                                                                 | Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt                                                                                                                     | Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt                                                                               | Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt                                                                                                                      | Rogal z nadzieniem czekoladowym 1 szt                                                                                                    | Rogal z nadzieniem czekoladowym1 szt                                                                                                                            |

**Kcal 2592 Białko ogółem 101,64 g Tłuszcz 108,2 g Węglowodany ogółem 314,2 g Sól 1,5g Cukier 20,9g Kw .Tl. Nas.25,4g**

|                     |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                                          | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                                            | Dieta wątrobowa                                                                                                                                                                    | Dieta wegetariańska                                                                                                                                                       | Dieta bezmleczna                                                                                                                                  | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                                                              | Dieta wegańska                                                                                                                                             | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                                                 |
|---------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-02 czwartek | Śniadanie    | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(MLE,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior          | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(LAK,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior          | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(LAK,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior | Dżem 100g<br>Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml                                                                        | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(LAK,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior           | Dżem 100 g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml                                              | Ser biały 100 g <b>(LAK)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Kakao z mlekiem 250 ml <b>(LAK,ORZ, KAK)</b><br>Szczypior          |
|                     | II śniadanie |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   | Dżem 50 g<br>Chleb graham 100 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Masło 25 g <b>(MLE)</b><br>Herbata 250 ml                                                                                       |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |
|                     | obiad        | Ryba smażona150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Ziemnaki300g<br>Napój250ml                                                                             | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Ziemnaki300g<br>Napój250ml                                                                              | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Napój250ml<br>Ziemnaki300g                                                                                     | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Napój250ml<br>Ziemnaki300g                                                                            | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Ziemnaki300g<br>Napój250ml                                                    | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Napój250ml<br>Ziemnaki300g                                                                                      | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Napój250ml<br>Ziemnaki300g                                                             | Ryba gotowana150g <b>(RYB)</b><br>Surówka z kiszonej kapusty120g<br>Napój250ml<br>Ziemnaki300g                                                                                     |
|                     | pod wieczór  |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                   | Wafle ryżowe 3 szt.                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |
|                     | kolacja      | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb żytnio-pszenno 150 g<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b>                          | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb graham 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml<br>Grahamka <b>(PSZ)</b> | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b> | Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b><br>Tofu50g<br>Ogórek zielony60g                  | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b> | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b> | Tofu 50 g<br>Ogórek zielony60g<br>Chleb żytnio-pszenno 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b> | Pasztet zapiekany100g <b>(GLU)</b><br>Ogórek zielony60g<br>Masło roślinne25g <b>(LAK)</b><br>Chleb pszenno-żytni 150 g <b>(GLU,PSZ)</b><br>Herbata 250 ml<br>Kajzerka <b>(PSZ)</b> |
|                     | P.W          | Jogurt owocowy 1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                        | Jogurt naturalny1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                         | Jogurt owocowy 1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                                 | Jogurt owocowy 1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                        | Wafle ryżowe 3 szt                                                                                                                                | Jogurt owocowy 1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                                  | Wafle ryżowe 3 szt                                                                                                                                         | Jogurt owocowy 1 szt. <b>(LAK)</b>                                                                                                                                                 |

Kcal 2845 kcal Białko ogółem 100,9g Tłuszcz 107,96g Węglowodany ogółem 310,47 g Sól 1,4g Cukier 26,5g Kw .Tł. Nas. 26,4g

Opracowała: Karolina Wardęga - dietetyk

|                   |              | Dieta podstawowa                                                                                                        | Dieta cukrzycowa                                                                                            | Dieta wątrobowa                                                                                                  | Dieta wegetariańska                                                                                                     | Dieta bezmleczna                                                              | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                  | Dieta wegańska                                                                                           | Dieta lekkostrawna                                                                                               |
|-------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-03 piątek | Śniadanie    | Ser topiony(LAK)<br><b>Dżem50g</b><br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Ser topiony(LAK)<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb graham 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml                | Ser topiony(LAK)<br><b>Dżem50g</b><br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Ser topiony(LAK)<br><b>Dżem50g</b><br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Pasta warzywna 90<br>Chleb żytnio -pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Ser topiony(LAK)<br><b>Dżem50g</b><br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Pasta warzywna 90 g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Ser topiony(LAK)<br><b>Dżem50g</b><br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml |
|                   | II śniadanie |                                                                                                                         |                                                                                                             |                                                                                                                  |                                                                                                                         |                                                                               | Kiełbasa krakowska 50 g(GLU)<br>Masło roślinne25(MLE)<br>Chleb żytnio-pszenney 100 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml        |                                                                                                          |                                                                                                                  |
|                   | obiad        | Jajko sadzone2szt(JAJ)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki 300g                                                           | Jajko sadzone2szt(JAJ)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki 300g                                               | Jajko sadzone2szt(JAJ)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki300g                                                     | Kotlet sojowy120g(SOJ)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki300g                                                            | Jajko sadzone2szt(LAK)<br>Surówka z ogórka zielonego120g<br>Ziemniaki300g     | Jajko sadzone2szt(LAK)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki300g                                                            | Kotlet sojowy 2szt(LAK)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki300g                                            | Jajko sadzone2szt(LAK)<br>Mizéria250ml(LAK)<br>Ziemniaki300g                                                     |
|                   | podwieczorek |                                                                                                                         |                                                                                                             |                                                                                                                  |                                                                                                                         |                                                                               | Twarożek 80 g (MLE)<br>Masło roślinne25g(MLE)<br>Chleb żytnio-pszenney 80 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml                 |                                                                                                          |                                                                                                                  |
|                   | Kolacja      | Ser żółty80g(LAK)<br>Pomidor50g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml    | Ser żółty80g(LAK)<br>Pomidor50g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb graham 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml | Ser żółty80g(LAK)<br>Pomidor50g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml    | Dżem 100 g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml                         | Dżem80g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml            | Ser żółty80g(LAK)<br>Pomidor50g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml    | Dżem 100 g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml          | Ser żółty80g(LAK)<br>Pomidor50g<br>Masło roślinne25g(LAK)<br>Chleb pszenney 150 g (GLU,PSZ)<br>Herbata 250 ml    |
|                   | P.W          | Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt                                                                                    | Suchary 3 szt                                                                                               | Suchary 3 szt                                                                                                    | Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt                                                                                    | Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt                                          | Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt                                                                                    | Grzesiek wafelek bez czekolady 1 szt                                                                     | Suchary 3 szt                                                                                                    |

**Kcal 2609 kcal****Białko** ogółem 86g **Tłuszcz** 97,5 g **Węglowodany** ogółem 395,5g **Sól** 1,4g **Kw .Tł. Nas** 24,9g

|                  |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                                 | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                        | Dieta wątrobowa                                                                                                                                           | Dieta wegetariańska                                                                                                                           | Dieta bezmleczna                                                                                                              | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                                          | Dieta wegańska                                                                                                                                    | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                       |
|------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-04sobota | Śniadanie    | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40 g | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40 g | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40 g | Pasta warzywna 120g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml,Ogórek zielony 40g | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40 g | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40g | Pasta warzywna 120 g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40g | Konserwa mięsna 100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek zielony 40g |
|                  | II śni       |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                               |                                                                                                                               | Jabłko 1 szt.                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |
|                  | obiad        | Fasolka po bretońsku450g( <b>SEL</b> )<br>Bułka 1st( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Napój 250ml                                                                             | Mięso gotowane 150g<br>Surówka z białej kapusty 120g<br>Ziemniaki 300g<br>Napój 250ml                                                                   | Mięso gotowane 150g<br>Surówka z białej kapusty 120g<br>Ziemniaki 300g<br>Napój 250ml                                                                     | Fasolka po bretońsku bez mięsa450g( <b>SEL</b> )<br>Bułka 1szt( <b>PSZ,GLU</b> )<br>Napój 250ml                                               | Fasolka po bretońsku450g( <b>SEL</b> )<br>Bułka 1 szt( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Napój 250ml                                        | Fasolka po bretońsku450g( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Bułka 1 szt( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Napój 250ml                                                                      | Fasolka po bretońsku bez mięsa450g( <b>SEL</b> )<br>Bułka 1 szt ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Napój 250ml                                                 | Mięso gotowane 150g<br>Surówka z białej kapusty 120g<br>Ziemniaki 300g<br>Napój 250ml                                                                    |
|                  | podwieczorek |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                               |                                                                                                                               | Jajko gotowane 1 szt<br>Chleb żytnio-pszenney 80 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>MLE</b> )<br>Herbata 250 ml                                      |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |
|                  | kolacja      | Kiełbasa zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                   | Kiełbasa zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                   | Kiełbasa zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                   | Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                                           | Kiełbasa zielonogórska100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                         | Kiełbasa zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                  | Hummus 80g<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                                        | Kiełbasa zielonogórska80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                  |
|                  | P.W          | Jabłko 1 szt                                                                                                                                                     | Jabłko gotowane 1 szt                                                                                                                                   | Jabłko gotowane 1 szt.                                                                                                                                    | Jabłko 1 szt                                                                                                                                  | Jabłko 1 szt                                                                                                                  | Jabłko 1 szt                                                                                                                                                    | Jabłko 1 szt                                                                                                                                      | Jabłko gotowane 1 szt                                                                                                                                    |

Kcal 2609 Białko ogółem 104g Tłuszcz 97,47g Węglowodany ogółem376,88 g Sól 1,3g Kw. Tł .Nas 27,4g

|                      |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                                  | Dieta cukrzycowa                                                                                                                                         | Dieta wątrobowa                                                                                                                                             | Dieta wegetariańska                                                                                                                               | Dieta bezmleczna                                                                                                                       | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                                           | Dieta wegańska                                                                                                                               | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                            |
|----------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-05 niedziela | Śniadanie    | Pasztetowa100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Musztarda 20g        | Pasztetowa100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb graham 150 g<br>( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Musztarda 20g        | Pasztetowa100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g<br>( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Musztarda 20g         | Powidła100g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                          | Powidła 100 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                                                   | Pasztetowa100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Musztarda 20g       | Powidła 100 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                      | Pasztetowa100g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g<br>( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Musztarda 20g           |
|                      | II śniadanie |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                        | Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>80 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                         |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                               |
|                      | obiad        | Rosół z<br>makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> )<br><b>Udko</b><br><b>pieczone220g(GLU)</b><br>Ziemniaki 300g<br><b>Surówka z białej</b><br><b>kapusty150g</b>         | Rosół z<br>makaronem350ml( <b>GLU.SLE</b> )<br>Udko<br>gotowane220g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki 300g<br>Surówka z białej<br>kapusty 150g                  | Rosół z<br>makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> )<br>Udko<br>gotowane220g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki 300g<br>Surówka z białej<br>kapusty 150g                     | Risotto warzywne 450g                                                                                                                             | Udko<br>pieczone220g( <b>GLU</b> )<br>Surówka z białej<br>kapusty150g<br>Ziemniaki 300g<br>Rosół z<br>makaronem350ml( <b>GLU.SEL</b> ) | Udko<br>pieczone220g( <b>GLU</b> )<br>Surówka z białej<br>kapusty150g<br>Ziemniaki 300g<br>Rosół z<br>makaronem350ml <b>GLU.SEL</b> )                            | Risotto warzywne 450g<br>Napój 250 ml                                                                                                        | Rosół z<br>makaronem350ml( <b>GLU,SEL</b> )<br>Udko<br>pieczone220g( <b>GLU</b> )<br>Surówka z białej<br>kapusty150g<br><b>Ziemniaki300g</b>                  |
|                      | podwieczorek |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                        | Powidła 50 g<br>Masło roślinne 25<br>g( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>100 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                                      |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                               |
|                      | kolacja      | Kielbasa krakowska<br>80g,( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb żytnio -pszenney<br>( <b>GLU,PSZ</b> ) 150 g<br>Masło25G( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Kielbasa krakowska<br>80g,( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb graham<br>( <b>GLU,PSZ</b> )150 g<br>Masło 25 g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Kielbasa krakowska<br>80g,( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb pszenney<br>( <b>GLU,PSZ</b> ) 150 g<br>Masło 25 g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Hummus 90 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne 25<br>g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek kwaszony 50g | Kielbasa krakowska<br>80g,( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>( <b>GLU,PSZ</b> )150 g<br>Herbata 250 ml  | Kielbasa krakowska<br>80g( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>( <b>GLU,PSZ</b> )150 g<br>Masło 25 g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Hummus 90 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Ogórek kwaszony 50g | Kielbasa krakowska<br>80g,( <b>GLU</b> )<br>Ogórek kwaszony 50g<br>Chleb<br>pszenney( <b>GLU,PSZ</b> )<br>150 g<br>Masło 25 g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml |
|                      | P.W          | Herbatniki 1 szt                                                                                                                                                  | Wafel ryżowy 3 szt                                                                                                                                       | Herbatniki 1 szt                                                                                                                                            | Herbatniki 1szt                                                                                                                                   | Herbatniki 1 szt                                                                                                                       | Herbatniki 1 szt                                                                                                                                                 | Herbatniki 1 szt                                                                                                                             | Herbatniki 1 szt                                                                                                                                              |

Kcal 2975 Białko ogółem 132,18 g Tłuszcz 132,25g Węglowodany ogółem 395,6 g Sól 1,3g Kw. Tl.Nas 26,3g

|                         |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                       | Dieta cukrzycowa                                                                                                                              | Dieta wątrobowa                                                                                                                                | Dieta wegetariańska                                                                                                           | Dieta bezmleczna                                                                                                 | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                   | Dieta wegańska                                                                                                                | Dieta lekkostrawna                                                                                                                |
|-------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-06 poniedziałek | Śniadanie    | Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Chrzan 20g | Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Chrzan 20g | Szynka gotowana 80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Chrzan20g | Dżem 100 g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml             | Szynka gotowana( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml<br>Chrzan 20 g | Szynka gotowana80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml           | Dżem 100 g<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml             | Szynka gotowana80g( <b>GLU</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml  |
|                         | II śniadanie |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                |                                                                                                                               |                                                                                                                  | Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> )<br>Masło roślinne 25 g( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney 80 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml     |                                                                                                                               |                                                                                                                                   |
|                         | obiad        | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br><b>Kapuśniak ze świeżej kapusty 350ml</b>                                                                 | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br><b>Kapuśniak ze świeżej kapusty 350ml</b>                                                        | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br>Napój 250ml<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty 350ml                                                 | Kluski kładzione łyżką 300g -bez skwarek( <b>PSZ</b> )<br>Napój 250ml<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty 350ml                   | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br>Napój 250ml<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty350ml                    | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br>Napój 250 ml<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty350ml                                           | Kluski kładzione łyżką-bez skwarek 300g( <b>PSZ</b> )<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty350ml                                    | Kluski kładzione łyżką 300g( <b>PSZ</b> )<br>Kapuśniak ze świeżej kapusty350ml                                                    |
|                         | podwieczorek |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                |                                                                                                                               |                                                                                                                  | Jogurt 1 szt( <b>MLE</b> )                                                                                                               |                                                                                                                               |                                                                                                                                   |
|                         | kolacja      | Wędlina drobiowa80g( <b>GLU</b> )<br>Pomidor70g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Wędlina drobiowa80g<br>Pomidor70g<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250ml                | Wędlina drobiowa80g<br>Pomidor70g<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml              | Pomidor70g<br>Toffu60g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Wędlina drobiowa80g<br>Pomidor70g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250ml             | Wędlina drobiowa80g<br>Pomidor70g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Pomidor70g<br>Toffu60g<br>Chleb żytnio-pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml | Wędlina drobiowa80g<br>Pomidor70g<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml |
|                         | P.W          | Nektarynka 1 szt                                                                                                                                       | Nektarynka 1szt                                                                                                                               | Nektarynka 1zt                                                                                                                                 | Nektarynka 1 szt                                                                                                              | Nektarynka 1 szt                                                                                                 | Nektarynka1 szt                                                                                                                          | Nektarynka1 szt                                                                                                               | Nektarynka1 szt                                                                                                                   |

**Kcal 2678kcal Bialko ogółem 83,36 g Tluszcz 121,15g Węglowodany ogółem 358,31g Sól 1,2g Kw. Tl.Nas 23,5g**

|                   |              | Dieta podstawowa                                                                                                                                          | Dieta cukrzycowa                                                                                                                             | Dieta wątrobowa                                                                                                                                    | Dieta wegetariańska                                                                                                                                            | Dieta bezmleczna                                                                                                                                          | Dieta wysokokaloryczna                                                                                                                                     | Dieta wegańska                                                                                                                                                 | Dieta lekkostrawna                                                                                                                                        |
|-------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-07-07 wtorek | Śniadanie    | Roszpodka<br>Jajko 2 szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml       | Roszpodka<br>Jajko 2szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb graham 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml       | Roszpodka<br>Jajko2 szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml           | Pasta warzywna 90 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                               | Roszpodka<br>Jajko 2szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Herbata 250 ml                                              | Roszpodka<br>Jajko2 szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml         | Pasta warzywna 90 g<br>Chleb żytnio-pszenney<br>150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250 ml                               | Roszpodka<br>Jajko2 szt( <b>JAJ</b> )<br>Chleb pszenney 150 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> )<br>Herbata 250ml                   |
|                   | II śniadanie |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                           | Dżem 50 g<br>Chleb graham 100 g ( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło 25 g (MLE)<br>Herbata 250 ml                                                                   |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                           |
|                   | obiad        | Kotlet<br>schabowy120g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój 250ml                                                              | Kotlet<br>schabowy120g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki 300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój250ml                                                 | Kotlet<br>schabowy120g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki 300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój250ml                                                       | Kotlet sojowy120g( <b>SOJ</b> )<br>Ziemnaki300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój250ml                                                                          | Kotlet<br>schabowy120g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój250ml                                                               | Kotlet schabowy<br>120g( <b>GLU</b> )<br>Ziemniaki300g<br>Surówka z selera120g<br>Napój250ml                                                               | Kotlet<br>sojowy120g( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Surówka z<br>selera120g( <b>SEL</b> )<br>Ziemniaki300g<br>Kompot 250ml                                               | Kotlet<br>schabowy120g( <b>GLU</b> )<br>Surówka z<br>selera120g( <b>SEL</b> )<br>Ziemniaki300g<br>Napój250ml                                              |
|                   | podwieczorek |                                                                                                                                                           |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                           | Banan 1 szt.                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                           |
|                   | kolacja      | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b><br>)<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb<br>graham150g( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło<br>roslinne25g( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb<br>pszenney150g( <b>GLU.PSZ</b><br>)<br>Masło roślinne25g<br>( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżego ogórka bez<br>szynki150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney( <b>GLU,PSZ</b> )<br>Masło roślinne25g<br>( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b><br>)<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżgeko<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b><br>)<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> ) | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b><br>)<br><b>Masło</b><br><b>roślinne25g(MLE)</b> | Salatka makaronowa ze<br>świeżego<br>ogórka150g( <b>GLU</b> )<br>Chleb żytnio-<br>pszenney150g( <b>GLU,PSZ</b><br>)<br>Masło<br>roślinne25g( <b>LAK</b> ) |
|                   | P. W         | Banan1 szt                                                                                                                                                | Jabłko1 szt                                                                                                                                  | Banan1 szt                                                                                                                                         | Banan1 szt                                                                                                                                                     | Banan1 szt                                                                                                                                                | Banan1 szt                                                                                                                                                 | Banan 1szt                                                                                                                                                     | Banan1 szt                                                                                                                                                |

Kcal 2495kcal Białko ogółem 86,5g Tłuszcz 86,9 g Węglowodany ogółem 268,12 g Sól 1,2g Kw. Tł. Nas 23,9g