

DATA	POSIŁEK	SKŁAD	WARTOŚCI ODŻYWCZE
07.07.2025	ŚNIADANIE	Bułka okrągła z kruszonką 40g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parz o.z dodat.wody w osł.niejad 55 g Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2622.74 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 79.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 380.43 g; W tym cukry: 106.96 g; Błonnik pok.: 18.53 g; Sól: 6.98 g;
	OBIAD	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Twaróg półtłusty 150 g (MLE,) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g (MLE,) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Sałata zielona 5 g Pomidor 60 g	
	II KOLACJA	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1	

		szt (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ,)	
08.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2298.72 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; Węglowodany ogółem: 310.00 g; W tym cukry: 47.76 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 5.96 g;
	OBIAD	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (GLU PSZ,) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 55 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g	

	II KOLACJA	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
09.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szyunka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 55 g (SOJ,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2194.01 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 289.93 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 7.45 g;
	OBIAD	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 80 g (GLU PSZ,) Sos pietruszkowy () 50 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Sałata zielona 5	

10.07.2025		g Pomidor 65 g	Wartość energetyczna: 2599.85 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; Węglowodany ogółem: 373.00 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 27.05 g; Sól: 7.35 g;
	II KOLACJA	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	
	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Banan 1szt. 1 szt Pomidor 65 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	
	OBIAD	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parz o.z dodat.wody w osł.niejad 55 g Sałatka jarzynowa z olejem () 65 g (SEL,) Sałata	

11.07.2025		zielona 5 g	Wartość energetyczna: 2400.76 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 85.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 320.20 g; W tym cukry: 71.43 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 9.00 g;
	II KOLACJA	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ,)	
	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Dżem 50 g Twarożek 50 g (MLE,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	
	OBIAD	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 110 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem. () 200 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Sałata zielona 5	

12.07.2025		g Pomidor 65 g	Wartość energetyczna: 2181.85 kcal; Białko ogółem: 102.96 g; Tłuszcz: 74.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; W tym cukry: 60.85 g; Błonnik pok.: 23.95 g; Sól: 5.45 g;
	II KOLACJA	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	ŚNIADANIE	Jogurt brzoskwiniowy 100g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 55 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	
	OBIAD	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami	

13.07.2025		110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g	Wartość energetyczna: 2370.55 kcal; Białko ogółem: 115.12 g; Tłuszcz: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 39.59 g; Węglowodany ogółem: 293.61 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 19.69 g; Sól: 6.25 g;
	II KOLACJA	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 40 g (GLU PSZ, JAJ, S02,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g Kakao z mlekiem z/c 220 ml (MLE,)	
	OBIAD	Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szyńka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem	

		sojowym i wp 55 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt (MLE,)	
14.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 55 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2237.21 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 358.08 g; W tym cukry: 89.02 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 4.14 g;
	OBIAD	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Banan 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem	

		110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
15.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g Banan 1szt. 1 szt Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2611.17 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 381.95 g; W tym cukry: 118.02 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sól: 7.56 g;
	OBIAD	Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Gulasz wołowy - dieta 150 g (GLU PSZ,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szyńka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 55 g (SOJ,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g	

	II KOLACJA	Deser mleczno-ryżowy malina- wiśnia 200g 1 szt (MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ,)	
16.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo. naturalny 110 g (MLE,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2461.01 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 22.78 g; Sól: 6.11 g;
	OBIAD	Grysikowa () 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona z marchewką * 200 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szyunka Premium z piersi kurczaka wędzonka dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z dodaną wodą, białkiem	

		sojowym i wp 55 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, GOR,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (MLE, GLU OW,)	
17.07.2025	ŚNIADANIE	Bułka okrągła z kruszonką 40g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 55 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2418.72 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 56.67 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 7.99 g;
	OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL,) Makaron 200 g (GLU PSZ,) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia	

		50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twarożek z natką pietruszki 110 g (MLE,) Marchew gotowana plastry 65 g Sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
18.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Dżem 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2469.78 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kw. tł. nasy.: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 356.43 g; W tym cukry: 93.30 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 6.48 g;
	OBIAD	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Pulpet rybny (Morszczuk) 110 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy. 50 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł.	

		20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Sałata zielona 5 g Pomidor 65 g	
	II KOLACJA	Mus jabłkowo-morelowy 200g 1 szt	
19.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Banan 1szt. 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 55 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna () 60 g (SEL,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 220 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Wartość energetyczna: 2605.41 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 82.60 g; Kw. tł. nasy.: 36.11 g; Węglowodany ogółem: 377.88 g; W tym cukry: 108.14 g; Błonnik pok.: 30.80 g; Sól: 6.62 g;
	OBIAD	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 220 g (GLU JĘCZ,) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ,) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU	

		ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Twaróg półtłusty 110 g (MLE,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Serek homo o smaku waniliowym tubka 120g 1 szt (MLE,)	
20.07.2025	ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE,) Ciasto drożdżowe 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Serek homo z dżemem truskawkowym 110 g (MLE,) Pomidor 65 g Sałata zielona 5 g Kakao z mlekiem z/c 220 ml (MLE,)	Wartość energetyczna: 2313.54 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 64.49 g; Błonnik pok.: 17.08 g; Sól: 5.87 g;
	OBIAD	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane () 250 g Schab gotowany 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 220 ml	
	KOLACJA	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 220 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszemno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 65 g	

		Salata zielona 5 g	
	II KOLACJA	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ,)	