

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <b>MLE,</b> ) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Filet zapiekany drobiowy 70 g ( <b>MLE,</b> ) Ogórek kiszony 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sos bazyliowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sos bazyliowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 130 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron (pełnoziarnisty) ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sos bazyliowy* 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-17 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml ( <u>GLU PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE.</u> <u>może zawierać:</u> <u>GLU PSZ.</u> <u>JAJ.</u> <u>SOJ.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> ) Sałata zielona 5 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka 150 g ( <u>SEL.</u> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 70 g ( <u>GLU PSZ.</u> <u>SOJ.</u> <u>może zawierać:</u> <u>JAJ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u> <u>GOR.</u> <u>S02.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Galaretką drobiowa z udźcem z kurczaka 150 g ( <u>SEL.</u> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-18 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, SO2</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 130 g ( <b>MLE, SO2</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Paprykarz szczeciński 60 g ( <b>RYB, SOJ</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-19 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW.</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb Graham 30 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW.</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW.</u></b> ) Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Maślanka 200 ml ( <b><u>MLE,</u></b> )
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <b><u>GLU</u></b> <b><u>PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u></b> ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE,</u></b> <b><u>SEL,</u></b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <b><u>SEL,</u></b> <b><u>GLU JECZ,</u></b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u></b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g ( <b><u>SEL,</u></b> <b><u>GLU JECZ,</u></b> ) Sos pomidorowy 70 ml ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Cukinia pieczona z olejem * 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b><u>MLE, może</u></b> <b><u>zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL,</u></b> <b><u>GOR,</u></b> ) Sałata zielona 5 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u></b> <b><u>może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u></b> ) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g ( <b><u>SEL,</u></b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u></b> <b><u>SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u></b> ) Pasta z jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g ( <b><u>SEL,</u></b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-20 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 40 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Krem z zielonych warzyw *( <b>)</b> 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *( <b>)</b> 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Sos koperkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 130 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *( <b>)</b> 350 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Sos koperkowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 5 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-21 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp., pieczona 70 g ( <b>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Suchary b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )
	Obiad	Koperkowa z ryżem 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-22 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 70 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty 70 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtusty 70 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 130 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u> ) Sałata zielona 5 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 70 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-23, poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW,</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ) Chleb Graham 30 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u></b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW,</u></b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u></b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b><u>MLE,</u></b> <b><u>GLU OW,</u></b> ) Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szyngowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 70 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b><u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u></b> )
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u></b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Mus z jabłek () z/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b> ) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Mus z jabłek () z/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami 350 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 70 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Mus z jabłek () b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Szyngka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b><u>MLE, może</u></b> <b><u>zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL,</u></b> <b><u>GOR,</u></b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pasta z twarogu i papryki 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pasta z twarogu i papryki 60 g ( <b><u>MLE,</u></b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-24 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 70 g ( <b>GLU PSZ. może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Rzodkiew biała 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron drobny na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 70 g ( <b>GLU PSZ. może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron drobny na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 70 g ( <b>GLU PSZ. może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos ziołowy 70 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 130 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos ziołowy 70 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 70 g ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> ) Sos ziołowy 70 ml ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki 130 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 60 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Krem z cukinii 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z cukinii 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z cukinii 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 80 g Sos bazyliowy 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-26 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jabłko 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. SEL. GOR.</b> ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ. SEL.</b> ) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 130 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtusty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 70 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ. MLE. SEL. GOR. S02.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 70 g ( <b>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ. MLE. SEL. GOR. S02.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 40 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> <b>MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml ( <b>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</b> )
	II ŚN			Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 350 ml ( <b>MLE.</b> <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 80 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>JAJ. RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Warzywa po grecku 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 350 ml ( <b>MLE. SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 70 g ( <b>RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <b>MLE. może</b> <b>zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL.</b> <b>GOR.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</b> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami 350 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 70 g ( <b>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka drobiowa luksusowa z fileta-wędliną drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 70 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

		KRK- PIŃ Podstawowa	KRK- PIŃ Łatwo strawna	KRK- PIŃ Cukrzycowa (5 pos)
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> )
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Kapusta zasmażana 130 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 130 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny 70 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 130 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml		Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 70 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml

## **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
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,

## **Oznaczenia wskaźników odż.:**

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,  
Sód - Sód,  
Sól - Sól,  
Potas - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,  
Ener z B. - % energii z białka,  
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,  
Ener z W. - % energii z węglowodanów,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,