

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienna na mleku /p 150 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 10 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 200 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 10 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.)
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 75 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 80 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g
		Wartość energetyczna: 885.47 kcal; Białko ogółem: 40.60 g; Tłuszcz: 28.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.06 g; Węglowodany ogółem: 121.72 g; W tym cukry: 39.44 g; Błonnik pok.: 10.01 g; Sód: 1349.19 mg;	Wartość energetyczna: 910.02 kcal; Białko ogółem: 41.23 g; Tłuszcz: 29.12 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 127.67 g; W tym cukry: 41.12 g; Błonnik pok.: 11.20 g; Sód: 1538.57 mg;	Wartość energetyczna: 1337.72 kcal; Białko ogółem: 58.98 g; Tłuszcz: 43.50 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 188.23 g; W tym cukry: 46.43 g; Błonnik pok.: 15.88 g; Sód: 2568.24 mg;	Wartość energetyczna: 1357.72 kcal; Białko ogółem: 61.78 g; Tłuszcz: 43.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; Węglowodany ogółem: 188.13 g; W tym cukry: 47.63 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sód: 2312.24 mg;	Wartość energetyczna: 1829.77 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 51.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 276.01 g; W tym cukry: 58.19 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 3635.69 mg;	Wartość energetyczna: 1897.77 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 51.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; W tym cukry: 60.29 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sód: 3283.69 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-18 wtorek	Śniadanie	kasza kukurydziana na ml/p 150 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rukola 20 g
	Obiad	Pomidorowa z ziemniakami # 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 80 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 80 g Klopsik wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Klopsik wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 150 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Klopsik wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ryż na sypko 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Banan 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Bartnika- kiełbasa dr. parz z dod. mięsa wp 10 g (SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 936.86 kcal; Białko ogółem: 45.58 g; Tłuszcz: 30.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.58 g; Węglowodany ogółem: 126.15 g; W tym cukry: 32.65 g; Błonnik pok.: 11.12 g; Sód: 863.91 mg;	Wartość energetyczna: 1071.16 kcal; Białko ogółem: 45.22 g; Tłuszcz: 35.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; Węglowodany ogółem: 151.00 g; W tym cukry: 49.16 g; Błonnik pok.: 13.48 g; Sód: 915.98 mg;	Wartość energetyczna: 1605.62 kcal; Białko ogółem: 68.24 g; Tłuszcz: 52.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; Węglowodany ogółem: 223.69 g; W tym cukry: 52.92 g; Błonnik pok.: 17.04 g; Sód: 1742.83 mg;	Wartość energetyczna: 1593.94 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 48.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 g; Węglowodany ogółem: 222.66 g; W tym cukry: 54.54 g; Błonnik pok.: 15.39 g; Sód: 1600.45 mg;	Wartość energetyczna: 2038.02 kcal; Białko ogółem: 88.84 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 302.95 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 30.18 g; Sód: 2222.86 mg;	Wartość energetyczna: 2100.45 kcal; Białko ogółem: 95.50 g; Tłuszcz: 55.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 315.51 g; W tym cukry: 61.06 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sód: 2317.96 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-19 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW.) Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 50 g (GLU PSZ.) Twarożek na słodko 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Sałata lodowa 20 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.)
	Obiad	Grysikowa # 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 40 g Sos szpinakowy* 40 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 150 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 40 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa # 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach 70 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Brzoskwinia 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek żółty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 10 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek żółty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek żółty 40 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
	PZ	Jabłko pieczone 150 g					

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

2026-08-19 środa						
	CHYZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHYZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHYZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHYZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHYZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHYZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
	Wartość energetyczna: 844.51 kcal; Białko ogółem: 43.05 g; Tłuszcz: 24.29 g; Kw. tł. nasy.: 8.70 g; Węglowodany ogółem: 120.99 g; W tym cukry: 43.89 g; Błonnik pok.: 13.00 g; Sód: 852.64 mg;	Wartość energetyczna: 988.13 kcal; Białko ogółem: 52.12 g; Tłuszcz: 34.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; Węglowodany ogółem: 128.30 g; W tym cukry: 41.26 g; Błonnik pok.: 16.22 g; Sód: 1070.43 mg;	Wartość energetyczna: 1454.14 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 189.34 g; W tym cukry: 45.68 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sód: 1722.44 mg;	Wartość energetyczna: 1368.12 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 41.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 186.78 g; W tym cukry: 45.74 g; Błonnik pok.: 16.34 g; Sód: 1344.09 mg;	Wartość energetyczna: 1927.18 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 277.61 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sód: 2522.27 mg;	Wartość energetyczna: 1839.11 kcal; Białko ogółem: 104.75 g; Tłuszcz: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.83 g; Węglowodany ogółem: 268.28 g; W tym cukry: 54.63 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sód: 1877.61 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Zacierka na mleku/p 200 ml (GLU PSZ. MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 200 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Zacierka na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ. GOR. SO2.) Sałata zielona 20 g
	Obiad	Ziemniaczana # 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.) Leczo z drobiem-dieta * 80 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 80 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.)	Barszcz biały z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.)	Ziemniaczana # 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.)	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.)	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Leczo z drobiem-dieta * 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.)
	PD	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka jarzynowa z olejem* 50 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Ser mozzarella 30 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 1064.90 kcal; Białko ogółem: 45.25 g; Tłuszcz: 40.61 g; Kw. tł. nasy.: 9.17 g; Węglowodany ogółem: 133.81 g; W tym cukry: 34.07 g; Błonnik pok.: 11.80 g; Sód: 821.58 mg;	Wartość energetyczna: 1033.70 kcal; Białko ogółem: 41.68 g; Tłuszcz: 39.49 g; Kw. tł. nasy.: 9.14 g; Węglowodany ogółem: 138.54 g; W tym cukry: 38.71 g; Błonnik pok.: 16.36 g; Sód: 1183.71 mg;	Wartość energetyczna: 1492.33 kcal; Białko ogółem: 61.77 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; Węglowodany ogółem: 206.66 g; W tym cukry: 43.71 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 2047.42 mg;	Wartość energetyczna: 1528.26 kcal; Białko ogółem: 66.86 g; Tłuszcz: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 16.00 g; Węglowodany ogółem: 201.45 g; W tym cukry: 39.33 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sód: 1555.77 mg;	Wartość energetyczna: 2000.16 kcal; Białko ogółem: 88.83 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; W tym cukry: 52.75 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sód: 2980.72 mg;	Wartość energetyczna: 1977.20 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 47.23 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 2315.55 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ. MLE.) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Arbuz 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Arbuz 150 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ. MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 50 g (MLE.)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Pulpet rybny (Morszczuk) 40 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ. MLE.) Szpinaż gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Pulpet rybny (Morszczuk) 40 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Sos koperkowy * 40 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Szpinaż gotowany z olejem* 150 g (GLU PSZ.)	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Morszczuk) 70 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ. MLE.) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.)
	PD	Banan 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				
	Kolacja	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g Pasta z brokuła * 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 10 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pasta z brokuła * 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z brokuła * 70 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pasta z brokuła * 70 g
		Wartość energetyczna: 1005.23 kcal; Białko ogółem: 49.39 g; Tłuszcz: 32.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.68 g; Węglowodany ogółem: 137.69 g; W tym cukry: 46.11 g; Błonnik pok.: 15.23 g; Sód: 1295.95 mg;	Wartość energetyczna: 1038.51 kcal; Białko ogółem: 51.48 g; Tłuszcz: 34.57 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 139.70 g; W tym cukry: 50.20 g; Błonnik pok.: 13.92 g; Sód: 1353.98 mg;	Wartość energetyczna: 1494.30 kcal; Białko ogółem: 77.63 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 200.57 g; W tym cukry: 54.25 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sód: 2083.59 mg;	Wartość energetyczna: 1469.46 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 187.41 g; W tym cukry: 41.53 g; Błonnik pok.: 17.19 g; Sód: 1860.02 mg;	Wartość energetyczna: 1861.00 kcal; Białko ogółem: 99.64 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; W tym cukry: 63.04 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2722.89 mg;	Wartość energetyczna: 1894.22 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sód: 2494.53 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Ryż na mleku/p 200 ml (MLE.) Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 200 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Twarożek na słodko 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ryż na mleku/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. SEL. może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Mix sałat 20 g Twarożek na słodko 50 g (MLE.)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 150 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 150 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 80 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 150 g	Grochowa z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 150 g	Selerowa z ziemniakami # 250 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g
		Wartość energetyczna: 1015.75 kcal; Białko ogółem: 48.26 g; Tłuszcz: 35.11 g; Kw. tł. nasy.: 11.10 g; Węglowodany ogółem: 134.84 g; W tym cukry: 44.91 g; Błonnik pok.: 14.14 g; Sód: 740.99 mg;	Wartość energetyczna: 978.75 kcal; Białko ogółem: 46.86 g; Tłuszcz: 32.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.92 g; Węglowodany ogółem: 134.89 g; W tym cukry: 44.31 g; Błonnik pok.: 14.89 g; Sód: 868.99 mg;	Wartość energetyczna: 1631.27 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 57.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 213.64 g; W tym cukry: 47.26 g; Błonnik pok.: 22.00 g; Sód: 1741.78 mg;	Wartość energetyczna: 1588.04 kcal; Białko ogółem: 76.94 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; Węglowodany ogółem: 201.12 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 18.17 g; Sód: 1411.60 mg;	Wartość energetyczna: 2096.28 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 67.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 290.68 g; W tym cukry: 42.30 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sód: 3747.12 mg;	Wartość energetyczna: 2097.74 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; W tym cukry: 58.78 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sód: 2089.81 mg;

		CHRRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (<u>MLE. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 10 g (<u>SOJ, GLU OW. może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, GLU OW. może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, GLU OW. może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW. może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (<u>SOJ, GLU OW. może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Pulpet drobiowy z indyka 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 150 g	Rosół z makaronem # 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Udko gotowane 1 szt. 210 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 150 g	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1 szt. 210 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 200 g
	PD	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g
		Wartość energetyczna: 957.06 kcal; Białko ogółem: 48.88 g; Tłuszcz: 28.68 g; Kw. tł. nasy.: 9.96 g; Węglowodany ogółem: 134.19 g; W tym cukry: 26.87 g; Błonnik pok.: 13.25 g; Sód: 1010.44 mg;	Wartość energetyczna: 1342.09 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 59.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 118.54 g; W tym cukry: 25.73 g; Błonnik pok.: 12.36 g; Sód: 1250.86 mg;	Wartość energetyczna: 1759.71 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 179.80 g; W tym cukry: 29.39 g; Błonnik pok.: 16.24 g; Sód: 2202.81 mg;	Wartość energetyczna: 1728.44 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 178.53 g; W tym cukry: 30.08 g; Błonnik pok.: 15.34 g; Sód: 2024.64 mg;	Wartość energetyczna: 2169.12 kcal; Białko ogółem: 132.68 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 253.16 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 3015.27 mg;	Wartość energetyczna: 2138.35 kcal; Białko ogółem: 132.85 g; Tłuszcz: 79.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 258.44 g; W tym cukry: 37.79 g; Błonnik pok.: 19.96 g; Sód: 2764.68 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salatka wiosenna - diety 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 150 ml (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 10 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salatka wiosenna 70 g Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salatka wiosenna 70 g Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 250 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salatka wiosenna - diety 70 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ.</u>) Salatka wiosenna 70 g Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Hummus 30 g (<u>SEZ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Salatka wiosenna - diety 70 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu - dieta * 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu - dieta * 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Risotto wegetariańskie z tofu - dieta * 300 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>)
	PD	Banan 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml		Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Arbuz 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Serek twarogowy homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Ser żółty 10 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 1171.22 kcal; Białko ogółem: 53.65 g; Tłuszcz: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 8.40 g; Węglowodany ogółem: 136.85 g; W tym cukry: 38.17 g; Błonnik pok.: 13.22 g; Sód: 878.02 mg;	Wartość energetyczna: 1211.17 kcal; Białko ogółem: 40.45 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 149.02 g; W tym cukry: 47.37 g; Błonnik pok.: 14.13 g; Sód: 1295.59 mg;	Wartość energetyczna: 1722.41 kcal; Białko ogółem: 62.28 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; Węglowodany ogółem: 227.33 g; W tym cukry: 53.49 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2174.62 mg;	Wartość energetyczna: 1731.90 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 219.65 g; W tym cukry: 48.33 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 1455.26 mg;	Wartość energetyczna: 1980.42 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 279.66 g; W tym cukry: 49.82 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sód: 2934.18 mg;	Wartość energetyczna: 2075.02 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; W tym cukry: 55.24 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sód: 2083.36 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 150 ml (MLE. GLU JĘCZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 200 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Pajtko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 250 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g
	Obiad	Jarzynowa z makaronem# dieta 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Bitka schabowa duszona 40 g (GLU PSZ.) Sos własny () 40 ml (GLU PSZ. SEL.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Bitka schabowa duszona 40 g (GLU PSZ.) Sos własny () 40 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka wykwintna z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem# dieta 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa duszona 70 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Kolacja	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE. GOR.) Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE. GOR.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE. GOR.) Sałata zielona 20 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE. GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE. GOR.) Sałata zielona 20 g	Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE. GOR.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 902.04 kcal; Białko ogółem: 47.94 g; Tłuszcz: 31.53 g; Kw. tł. nasy.: 10.12 g; Węglowodany ogółem: 112.40 g; W tym cukry: 37.09 g; Błonnik pok.: 11.31 g; Sód: 953.66 mg;	Wartość energetyczna: 1055.11 kcal; Białko ogółem: 49.05 g; Tłuszcz: 47.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.22 g; Węglowodany ogółem: 115.23 g; W tym cukry: 34.23 g; Błonnik pok.: 13.22 g; Sód: 1107.74 mg;	Wartość energetyczna: 1449.15 kcal; Białko ogółem: 75.51 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 172.90 g; W tym cukry: 37.58 g; Błonnik pok.: 16.97 g; Sód: 1970.83 mg;	Wartość energetyczna: 1414.71 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 176.24 g; W tym cukry: 43.53 g; Błonnik pok.: 15.05 g; Sód: 1735.59 mg;	Wartość energetyczna: 1894.25 kcal; Białko ogółem: 97.07 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 252.26 g; W tym cukry: 44.00 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sód: 2792.20 mg;	Wartość energetyczna: 1849.30 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 262.07 g; W tym cukry: 52.27 g; Błonnik pok.: 19.64 g; Sód: 2467.93 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-26 środa	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 10 g (MLE. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. SEL. GOR.) Sałata lodowa 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 150 ml (MLE. GLU OW.) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE. GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 10 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE. GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Sałata lodowa 20 g Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE. GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE. GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE. GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ. GLU OW. może zawierać: MLE. GOR. S02.) Pomidorki koktajlowe 50 g Twarożek 50 g (MLE.)
	Obiad	Ziemniaczana # 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 40 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 40 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g	Kapuśniak z kapusty białej # 150 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 40 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 40 ml (GLU PSZ. SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej # 250 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g	Ziemniaczana # 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (GLU PSZ. SEL. GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia gotowana z pomidorami* 200 g
	PD	Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml			Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 20 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.)	Ser mozzarella 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Paprykarz szczeciński 30 g (RYB. SOJ.)	Ser mozzarella 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Paprykarz szczeciński 30 g (RYB. SOJ.)	Ser mozzarella 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 30 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.)	Ser mozzarella 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Paprykarz szczeciński 50 g (RYB. SOJ.)	Ser mozzarella 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ. JAJ. RYB.)
		Wartość energetyczna: 1016.54 kcal; Białko ogółem: 42.60 g; Tłuszcz: 40.11 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 128.59 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 12.84 g; Sód: 1003.65 mg;	Wartość energetyczna: 1140.99 kcal; Białko ogółem: 45.51 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 134.85 g; W tym cukry: 40.49 g; Błonnik pok.: 18.10 g; Sód: 1198.48 mg;	Wartość energetyczna: 1593.37 kcal; Białko ogółem: 64.11 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 202.40 g; W tym cukry: 44.65 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sód: 2001.79 mg;	Wartość energetyczna: 1639.51 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 65.57 g; Kw. tł. nasy.: 16.75 g; Węglowodany ogółem: 202.87 g; W tym cukry: 44.46 g; Błonnik pok.: 17.25 g; Sód: 1740.82 mg;	Wartość energetyczna: 2146.20 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 82.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 290.15 g; W tym cukry: 51.38 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sód: 2936.48 mg;	Wartość energetyczna: 2140.31 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 70.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 22.20 g; Sód: 2554.90 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-27 czwartek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Kasza manna na mleku/p 150 ml (GLUPSZ, MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 200 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 10 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLUPSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 250 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 150 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 80 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 100 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalaflor, brokuł) z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 150 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 80 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 80 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalaflor, brokuł) z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 150 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalaflor, brokuł) z olejem* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-) 150 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLUPSZ.) Sos boloński z mięsa wp (-)dieta 150 g (GLUPSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Biskvity b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Biskvity b/c 30 g (GLUPSZ, JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z buraka 50 g Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 10 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 30 g (MLE.) Pasta z buraka 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek 30 g (MLE.) Pasta z buraka 50 g Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z buraka 50 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (SOJ, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pasta z buraka 50 g Twarożek 50 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 989.42 kcal; Białko ogółem: 48.39 g; Tłuszcz: 31.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 136.71 g; W tym cukry: 26.56 g; Błonnik pok.: 13.25 g; Sód: 897.13 mg;	Wartość energetyczna: 1056.91 kcal; Białko ogółem: 46.86 g; Tłuszcz: 38.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 140.37 g; W tym cukry: 27.53 g; Błonnik pok.: 13.77 g; Sód: 1035.18 mg;	Wartość energetyczna: 1524.41 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 210.75 g; W tym cukry: 32.93 g; Błonnik pok.: 18.18 g; Sód: 1877.19 mg;	Wartość energetyczna: 1544.41 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 18.19 g; Węglowodany ogółem: 210.65 g; W tym cukry: 34.13 g; Błonnik pok.: 16.68 g; Sód: 1621.19 mg;	Wartość energetyczna: 2013.00 kcal; Białko ogółem: 103.95 g; Tłuszcz: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 301.23 g; W tym cukry: 37.95 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sód: 3125.33 mg;	Wartość energetyczna: 2046.19 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 54.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; Węglowodany ogółem: 297.45 g; W tym cukry: 34.56 g; Błonnik pok.: 20.76 g; Sód: 2284.27 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-28 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 30 g (MLE.) Jabłko pieczone 100 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 150 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 150 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko 150 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor 50 g Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 150 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE.)	Krupnik jęczmienny # 150 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g (RYB.) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 250 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 250 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.)	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ryba pieczona (Morszczuk) 70 g (RYB.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.)
	PD	Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Kolacja	Twarożek 30 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 10 g Roszponka 20 g Pomidor 50 g	Twarożek 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 10 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 30 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Roszponka 20 g	Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Roszponka 20 g
		Wartość energetyczna: 986.53 kcal; Białko ogółem: 52.15 g; Tłuszcz: 28.38 g; Kw. tł. nasy.: 10.29 g; Węglowodany ogółem: 138.76 g; W tym cukry: 35.08 g; Błonnik pok.: 14.50 g; Sód: 914.47 mg;	Wartość energetyczna: 1145.58 kcal; Białko ogółem: 46.22 g; Tłuszcz: 39.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 159.81 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 14.86 g; Sód: 1354.44 mg;	Wartość energetyczna: 1499.91 kcal; Białko ogółem: 67.37 g; Tłuszcz: 45.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 216.71 g; W tym cukry: 59.11 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sód: 2154.68 mg;	Wartość energetyczna: 1520.58 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 41.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 225.95 g; W tym cukry: 64.61 g; Błonnik pok.: 19.04 g; Sód: 1640.31 mg;	Wartość energetyczna: 1816.87 kcal; Białko ogółem: 79.80 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 266.04 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 2497.82 mg;	Wartość energetyczna: 1987.78 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 48.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 312.02 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sód: 2135.61 mg;

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 150 ml (MLE, GLU OW.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 200 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 10 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE.) Sałata lodowa 20 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 150 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 80 g Potrawka drobiowa 80 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 150 g	Ogórkowa z ziemniakami # 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 80 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 80 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 150 g	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane z olejem 200 g
	PD	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml				Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 10 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 10 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 40 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Twarożek 50 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 964.25 kcal; Białko ogółem: 48.14 g; Tłuszcz: 27.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.97 g; Węglowodany ogółem: 136.49 g; W tym cukry: 39.94 g; Błonnik pok.: 11.40 g; Sód: 873.42 mg;	Wartość energetyczna: 999.99 kcal; Białko ogółem: 44.72 g; Tłuszcz: 32.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 140.06 g; W tym cukry: 40.50 g; Błonnik pok.: 14.18 g; Sód: 1154.95 mg;	Wartość energetyczna: 1396.25 kcal; Białko ogółem: 64.49 g; Tłuszcz: 38.72 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 207.62 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sód: 2093.98 mg;	Wartość energetyczna: 1509.31 kcal; Białko ogółem: 73.72 g; Tłuszcz: 44.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 210.73 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 15.38 g; Sód: 1629.01 mg;	Wartość energetyczna: 1849.67 kcal; Białko ogółem: 85.42 g; Tłuszcz: 44.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 295.22 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 2928.03 mg;	Wartość energetyczna: 2031.52 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 308.91 g; W tym cukry: 65.11 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sód: 2302.83 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA CHRZANÓW

		CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna 1-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 2-3 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 4-9 lat	CHRZ- OŚW P01 Podstawowa dzieci 10-18 lat	CHRZ- OŚW P02 Łatwo strawna dzieci 10-18 lat
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 150 ml (MLE. GLU JĘCZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 200 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 10 g (MLE.) Kalarepa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Kalarepa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 250 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Kalarepa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 300 ml (MLE. GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Schab gotowany 40 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 150 g	Pomidorowa z makaronem # 150 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 80 g Kotlet schabowy 40 g (GLU PSZ. JAJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mizeria 150 g (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Kotlet schabowy 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mizeria 150 g (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 250 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem 150 g	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mizeria 200 g (MLE.)	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Wafle ryżowe 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 25 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 10 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 10 g Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo o smaku wanilinowym 30 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 20 g
		Wartość energetyczna: 938.82 kcal; Białko ogółem: 48.64 g; Tłuszcz: 24.29 g; Kw. tł. nasy.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 140.30 g; W tym cukry: 37.96 g; Błonnik pok.: 15.30 g; Sód: 904.15 mg;	Wartość energetyczna: 1078.02 kcal; Białko ogółem: 46.87 g; Tłuszcz: 36.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; Węglowodany ogółem: 148.11 g; W tym cukry: 36.84 g; Błonnik pok.: 13.34 g; Sód: 978.66 mg;	Wartość energetyczna: 1503.55 kcal; Białko ogółem: 71.63 g; Tłuszcz: 45.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 214.54 g; W tym cukry: 41.10 g; Błonnik pok.: 17.46 g; Sód: 1827.09 mg;	Wartość energetyczna: 1419.36 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 37.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; Węglowodany ogółem: 203.95 g; W tym cukry: 44.96 g; Błonnik pok.: 18.42 g; Sód: 1640.28 mg;	Wartość energetyczna: 1958.58 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; W tym cukry: 44.97 g; Błonnik pok.: 24.93 g; Sód: 2635.54 mg;	Wartość energetyczna: 1947.93 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sód: 2383.14 mg;

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,