

poniedziałek 25-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Rzodkiew biała (tarta) 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 50 g Rzodkiew biała (tarta) 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g Rzodkiew biała (tarta) 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Brokułowa z ryżem brązowym (bez mleka) * 400 ml (<u>SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Sałatka z pomidora, miks sałat, kukurydzy i oleju 200 g Banan 150 g	Sałatka z pomidora, miks sałat, kukurydzy i oleju 200 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Sałatka z pomidora, miks sałat, kukurydzy i oleju 200 g Banan 150 g
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet rybny z warzywami (morszczuk) () 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2651.23 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 384.52 g; W tym cukry: 83.40 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2315.91 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 82.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 308.52 g; W tym cukry: 34.24 g; Błonnik pok.: 29.18 g; Sól: 11.01 g;	Wartość energetyczna: 2752.59 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 95.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.92 g; Węglowodany ogółem: 384.87 g; W tym cukry: 83.19 g; Błonnik pok.: 37.96 g; Sól: 9.83 g;

wtorek 26-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Makaron kokardka 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, S02</u>) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Jabłko 1 szt 1 szt Ciastka owsiane z sezamem 40 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Ciastka owsiane z sezamem 40 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
Kolacja	Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2778.68 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 80.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 396.09 g; W tym cukry: 92.91 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 2206.44 kcal; Białko ogółem: 100.78 g; Tłuszcz: 70.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 34.29 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 10.65 g;	Wartość energetyczna: 2987.64 kcal; Białko ogółem: 99.57 g; Tłuszcz: 108.18 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 411.62 g; W tym cukry: 93.08 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 6.50 g;

środa 27-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z fasoli konserwowej z koncentratem pomidorowym 80 g Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ,) Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (MLE, SO2,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ,) Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (MLE, SO2,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 180 g Ćwikła z chrzanem b/c 100 g (MLE, SO2,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 10 g	Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2866.07 kcal; Białko ogółem: 122.84 g; Tłuszcz: 94.08 g; Kw. tł. nasy.: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 395.75 g; W tym cukry: 76.69 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2294.63 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; W tym cukry: 27.94 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sól: 11.45 g;	Wartość energetyczna: 2915.07 kcal; Białko ogółem: 117.69 g; Tłuszcz: 97.47 g; Kw. tł. nasy.: 39.24 g; Węglowodany ogółem: 409.37 g; W tym cukry: 76.14 g; Błonnik pok.: 33.15 g; Sól: 8.88 g;

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska	
czwartek 28-05-2026	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 50 g Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 50 g Rzodkiewka 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 50 g Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Sałata zielona 10 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Sałata zielona z jogurtem 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
	PD	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastka owsiane z sezamem 30 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW,</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Ciastka owsiane z sezamem 30 g (<u>GLU PSZ, SEZ, GLU OW,</u>)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Tofu 80 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 200 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2945.62 kcal; Białko ogółem: 102.00 g; Tłuszcz: 105.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 403.81 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2453.53 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; W tym cukry: 33.82 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 3009.20 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 114.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.33 g; Węglowodany ogółem: 411.70 g; W tym cukry: 80.43 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 8.62 g;	

piątek 29-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR,) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba gotowana z marchewką i pomidorami 150 g (RYB,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba gotowana z marchewką i pomidorami 150 g (RYB,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ,) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba gotowana z marchewką i pomidorami 150 g (RYB,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 180 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 10 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ćwikła z jabłkiem b/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2446.37 kcal; Białko ogółem: 98.52 g; Tłuszcz: 91.96 g; Kw. tł. nasy.: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 23.42 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2144.99 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 267.95 g; W tym cukry: 25.35 g; Błonnik pok.: 15.94 g; Sól: 9.69 g;	Wartość energetyczna: 2393.96 kcal; Białko ogółem: 95.43 g; Tłuszcz: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 37.32 g; Węglowodany ogółem: 313.14 g; W tym cukry: 44.90 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sól: 8.95 g;

Sobota 30-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 80 g Sałata zielona 10 g		
Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml		Grochowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz z soczewicy i papryki () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Banan 150 g Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g	Jabłko 150 g Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g	Banan 150 g Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g
Kolacja	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek Fromage 80 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2978.81 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 114.15 g; Kw. tł. nasy.: 45.80 g; Węglowodany ogółem: 382.37 g; W tym cukry: 55.77 g; Błonnik pok.: 42.27 g; Sól: 13.36 g;	Wartość energetyczna: 2512.94 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 87.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; Węglowodany ogółem: 333.48 g; W tym cukry: 32.36 g; Błonnik pok.: 37.21 g; Sól: 15.81 g;	Wartość energetyczna: 3164.78 kcal; Białko ogółem: 100.45 g; Tłuszcz: 125.39 g; Kw. tł. nasy.: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 422.67 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 46.29 g; Sól: 13.39 g;

niedziela 31-05-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab pieczony 40 g Rzodkiewka 100 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab pieczony 40 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Rzodkiewka 100 g
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Migdały płatki 15 g (<u>ORZ,</u>)	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kotlety sojowe panierowane 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Dyńia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Szarlotka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Szarlotka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
Kolacja	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Tofu 80 g (<u>SOJ,</u>) Pasta warzywna* 100 g (<u>SEL,</u>)
	Wartość energetyczna: 2819.26 kcal; Białko ogółem: 142.90 g; Tłuszcz: 117.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 309.37 g; W tym cukry: 38.93 g; Błonnik pok.: 22.55 g; Sól: 11.67 g;	Wartość energetyczna: 2506.84 kcal; Białko ogółem: 127.68 g; Tłuszcz: 103.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 269.45 g; W tym cukry: 30.85 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 10.88 g;	Wartość energetyczna: 2633.05 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 103.30 g; Kw. tł. nasy.: 39.22 g; Węglowodany ogółem: 337.68 g; W tym cukry: 42.18 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 9.88 g;

poniedziałek 01-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Pasta z brokuła * 90 g Szcypiorek 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Pasta z brokuła * 90 g Szcypiorek 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser topiony 80 g (MLE,) Pasta z brokuła * 90 g Szcypiorek 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Hummus 80 g (SEZ,) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE,) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Sos jogurtowy z twarogiem b/c 100 g (MLE,) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2767.20 kcal; Białko ogółem: 95.06 g; Tłuszcz: 89.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 406.21 g; W tym cukry: 132.59 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 10.50 g;	Wartość energetyczna: 2140.62 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 301.46 g; W tym cukry: 41.87 g; Błonnik pok.: 22.29 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 2954.16 kcal; Białko ogółem: 98.42 g; Tłuszcz: 109.04 g; Kw. tł. nasy.: 48.67 g; Węglowodany ogółem: 406.66 g; W tym cukry: 133.18 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sól: 10.78 g;

wtorek 02-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE,) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Rolada drobiowa z fetą i szpinakiem 100 g (GLU PSZ, MLE,) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Rolada drobiowa z fetą i szpinakiem 100 g (GLU PSZ, MLE,) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ,) Kasza gryczana 180 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pierogi ukraińskie * 300 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Płatki owsiane 25 g (GLU OW,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Sałatka owocowa ze słonecznikiem 200 g
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (SOJ,) Słupki z marchewki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (SOJ,) Słupki z marchewki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (SOJ,) Słupki z marchewki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2595.34 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 351.25 g; W tym cukry: 76.22 g; Błonnik pok.: 27.47 g; Sól: 8.76 g;	Wartość energetyczna: 2153.93 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 75.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 268.90 g; W tym cukry: 26.68 g; Błonnik pok.: 22.57 g; Sól: 9.04 g;	Wartość energetyczna: 2824.85 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 103.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 380.37 g; W tym cukry: 77.53 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.41 g;

Środa 03-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE,) Rukola 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (MLE,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Ser zółty 40 g (MLE,) Papryka świeża 50 g		
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej * 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Kaszotto jaglane z soczewicą* 300 g (SEL,) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g (MLE,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	
PD	Sałatka Cezar z grzankami 200 g (GLU PSZ, MLE,) Jabłko 1 szt 1 szt		Sałatka z pomidora, miksów sałat, kukurydzy i oleju 200 g Jabłko 1 szt 1 szt
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Paprykarz szczeciński 40 g (RYB, SOJ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz szczeciński 40 g (RYB, SOJ,) Twaróg półtłusty 40 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Hummus 80 g (SEZ,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2871.24 kcal; Białko ogółem: 134.94 g; Tłuszcz: 109.45 g; Kw. tł. nasy.: 45.09 g; Węglowodany ogółem: 353.05 g; W tym cukry: 52.95 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sól: 9.66 g;	Wartość energetyczna: 2696.40 kcal; Białko ogółem: 124.09 g; Tłuszcz: 104.87 g; Kw. tł. nasy.: 36.96 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; W tym cukry: 44.25 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 10.56 g;	Wartość energetyczna: 2471.48 kcal; Białko ogółem: 87.20 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 343.65 g; W tym cukry: 52.65 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 9.04 g;

Czwartek 04-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Suflet mięsno-jarzynowy. 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g Słupki z marchewki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Suflet mięsno-jarzynowy. 80 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 50 g Słupki z marchewki 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 80 g (MLE,) Pomidor 50 g Słupki z marchewki 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ,) Sałata zielona 10 g		Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Pasta z fasoli 80 g Sałata zielona 10 g
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Boeuf-Strogonow 200 g (GLU PSZ, GOR, SO2,) Makaron kokardka 180 g (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ,) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Banan 1szt. 1 szt Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt
Kolacja	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-owocowy 80 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 80 g (JAJ,) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowo-owocowy 80 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2446.02 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 408.71 g; W tym cukry: 110.77 g; Błonnik pok.: 21.63 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2201.61 kcal; Białko ogółem: 87.16 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 315.57 g; W tym cukry: 45.81 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sól: 10.95 g;	Wartość energetyczna: 2593.21 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 18.85 g; Węglowodany ogółem: 461.18 g; W tym cukry: 113.53 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sól: 5.46 g;

piątek 05-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT,) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR,) Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Miruna) z warzywami i koncentratem 150 g (RYB, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)*() 400 ml (SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Miruna) z warzywami i koncentratem 150 g (RYB, SEL,) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ,) Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami*() 400 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Miruna) z warzywami i koncentratem 150 g (RYB, SEL,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 10 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE,) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 10 g
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2545.45 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 93.03 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2253.03 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 274.13 g; W tym cukry: 21.31 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sól: 10.13 g;	Wartość energetyczna: 2545.45 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 93.03 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 324.79 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 21.67 g; Sól: 9.41 g;

sobota 06-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 80 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka duszony 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Filet z kurczaka duszony 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jarzynowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Gulasz sojowy z warzywami * 200 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Banan 150 g Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 200 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Płatki owsiane 15 g (<u>GLU OW,</u>) Słonecznik łuskany 10 g	Banan 150 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 130 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
	Wartość energetyczna: 2522.15 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 12.76 g;	Wartość energetyczna: 2072.22 kcal; Białko ogółem: 105.05 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 272.24 g; W tym cukry: 19.80 g; Błonnik pok.: 19.27 g; Sól: 11.79 g;	Wartość energetyczna: 2559.39 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; Węglowodany ogółem: 376.99 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sól: 7.63 g;

Niedziela 07-06-2026

	W-wa- ŻEL Podstawowa	W-wa- ŻEL (Cukrzycowa) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻEL Wegetariańska
Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 90 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)
II ŚN	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Sałata zielona 10 g		
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab pieczony w jarzynach 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (bez mleka)* 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Schab pieczony w jarzynach 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kotlety z soczewicy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Mizeria 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 150 ml
PD	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sernik 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,</u>) Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
Kolacja	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Tofu 80 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 30 g Pomidor 100 g
	Wartość energetyczna: 2400.94 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 82.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 322.29 g; W tym cukry: 36.72 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sól: 10.71 g;	Wartość energetyczna: 2271.88 kcal; Białko ogółem: 90.41 g; Tłuszcz: 77.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 299.40 g; W tym cukry: 33.05 g; Błonnik pok.: 16.14 g; Sól: 13.48 g;	Wartość energetyczna: 2759.19 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 108.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; W tym cukry: 50.59 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 9.03 g;

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,