

skup 2026

STARSZY DIETETYK

mgr inż. Magdalena Kwiatkowska

Jadłospis dekadowy od 28.07. - 17.08 .2026r

Szczecin USK2

Dzień	Posiłek	Dieta podstawowa	Dieta Łatwostrawna	Dieta Cukrzycowa	Dieta dziecięca
Wt 28.07	Śniadanie	Kawa z mlekiem / herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g(JAJ) Wędlina 40g (SOJ) Rzodkiewka 50g	Kawa z mlekiem / herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g(JAJ) Wędlina 40g (SOJ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g(JAJ) Wędlina 40g (SOJ) Rzodkiewka 50g	Kawa z mlekiem / herbata 250ml (MLE) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Jajko 1szt-50g(JAJ) Wędlina 40g (SOJ) Rzodkiewka 50g
	II śniadanie			Herbata b/c250ml Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Arbuz 100g	Herbata owocowa 250ml Jabłko 1szt-130g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 300ml(GLU PSZ, SEL, MLE,) Ziemniaki 200g Kurczak pieczony 150g (JAJ, GOR) Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml(GLU PSZ, SEL, MLE,) Ziemniaki 200g Kurczak duszony w sosie potrawkowym 150g/120ml (MLE, GOR, GLU PSZ) Brokuł duszony 150g Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml(GLU PSZ, SEL, MLE,) Ziemniaki 200g Kurczak duszony 150g (JAJ, GOR) Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Pomidorowa z makaronem 300ml(GLU PSZ, SEL, MLE,) Ziemniaki 100g Kurczak pieczony 150g (JAJ, GOR) Surówka meksykańska 100g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml
	Podwieczorek/Posiłek	herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Arbuz 100g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-150ml (MLE) Arbuz 100g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Jogurt owocowy 1szt-100ml (MLE) Arbuz 100g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pesto twarogowe paprykowe 120g (MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pesto twarogowe paprykowe 120g (MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pesto twarogowe paprykowe 120g (MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pesto twarogowe paprykowe 120g (MLE) Sok z marchwi 200ml
Śr 29.07	Śniadanie	Herbata 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g(GLU PSZ) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka kajzerka 1szt-60g(GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	herbata owocowa 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g(GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Herbata b/c250ml Syr naturalny 1szt-150g (MLE)	Herbata owocowa 250ml Mandarynka 1szt-100g
	Obiad	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Ryz pełnoziarnisty 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE, JAJ) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Ryz biały 200g Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE, JAJ) Fasolka szparagowa 150g Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Ryz pełnoziarnisty 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE, JAJ) Sałatka z czerwonej kapusty 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Ryz pełnoziarnisty 100g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE, JAJ) Sałatka z czerwonej kapusty 100g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek/Posiłek	Herbata 250ml Syr owocowy 1szt-150g (MLE)	Herbata 250ml Syr owocowy 1szt-150g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Ogórek 30g	Herbata 250ml Syr owocowy 1szt-150g (MLE)

	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Dżem 1szt-25g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Dżem 1szt-25g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Jajko 1szt-50g(JAJ) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g dżem 1szt-25g
Czw. 30.07	Śniadanie	Kakao / herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny z koperkiem 120g (MLE) Ogórek 50g	Kakao / herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny z koperkiem 120g (MLE) Rukola 10g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny z koperkiem 120g (MLE) Ogórek 50g	Kakao / herbata 250ml (MLE) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny z koperkiem 120g (MLE) Ogórek 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Jabłko 1szt-130g	Herbata owocowa 250ml Pomarańcza 150g
	Obiad	Grochowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Gulasz drobiowy naturalny 200g(GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Ziemniaczana z pietruszką 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Gulasz drobiowy naturalny 200g(GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Grochowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Gulasz drobiowy naturalny 200g(GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Grochowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE, GLU Żyt) Kasza jęczmienna 100g (GLU PSZ) Gulasz drobiowy naturalny 200g(GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 100g Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek / Posilek nocny	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko gotowane 1szt-130g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g(MLE) Ogórek 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Pomidor 2szt-100g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR) Pomidor 2szt-100g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 60g (JAJ, GOR) Pomidor 2szt-100g
Pt. 31.07	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką i ciecierzycą 120g (JAJ, GOR) Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką 120g(JAJ, GOR) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką i ciecierzycą 120g(JAJ, GOR) Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką i ciecierzycą 120g(JAJ, GOR) Papryka 80g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogobella bez cukru z owocami 1szt-150g(MLE)	Herbata owocowa 250ml Mandarynka 1szt-100g
	Obiad	Szczawiowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Pulpeciki rybne w sosie greckim 100g /120ml (RYB, JAJ, GLU PSZ) Surówka colesław 150g (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne 250ml	Szczawiowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Pulpeciki rybne w sosie greckim 100g /120ml (RYB, JAJ, GLU PSZ) Kalafior duszony 150g Herbata owoce leśne 250ml	Szczawiowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Pulpeciki rybne w sosie greckim 100g /120ml (RYB, JAJ, GLU PSZ) Surówka colesław 150g g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Szczawiowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 100g Pulpeciki rybne w sosie greckim 100g /120ml (RYB, JAJ, GLU PSZ) Surówka colesław 100g (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek / posilek nocny	Herbata 250ml Jogobella bez cukru z owocami 1szt-150g(MLE)	Herbata 250ml Jogobella bez cukru z owocami 1szt-150g(MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rzodkiewka 30g	Herbata 250ml Jogobella bez cukru z owocami 1szt-150g(MLE)

	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rzodkiewka 50g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rzodkiewka 50g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rzodkiewka 50g Sok z marchwi 200ml
Sob. 01.08	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g ((GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 60g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Herbata owocowa 250ml Jabłko 130g
	Obiad	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza pęczak 200g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z pomidorami 200g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wiejska 150g Herbata malinowa 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z pomidorami 200g (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew baby z pietruszką 150g Herbata malinowa 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza pęczak 200g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z pomidorami 200g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wiejska 150g Herbata b/c 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 100g (GLU PSZ) Potrawka drobiowa z pomidorami 200g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka wiejska 150g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek / posiłek	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Ogórek 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) sos jogurtowy z groszkiem zielonym 80g (MLE)	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) sos jogurtowy z groszkiem zielonym 80g (MLE)	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) sos jogurtowy z groszkiem zielonym 80g (MLE)	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) sos jogurtowy z groszkiem zielonym 80g (MLE)
Nd. 02.08	Śniadanie	Kakao/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao/ Herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Skyr naturalny 1szt-150g (MLE)	Herbata owocowa 250ml Mandarynka 1szt-100g
	Obiad	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie naturalnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka koperkowa 150g (MLE) Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Koperkowa z zacierką 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie naturalnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Brokuły duszone 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 200g Roladka drobiowa w sosie naturalnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka koperkowa 150g (MLE) Herbata b/c 250ml	Zupa z soczewicy czerwonej 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Ziemniaki 100g Roladka drobiowa w sosie naturalnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka koperkowa 100g (MLE) Herbata dzika róża/ jabłko 250ml

Pon 03.08	Podwiecz orek / posilek	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Papryka 30g	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Jajko gotowane 1szt-50g (JAJ)	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g
	Śniadanie	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Rzodkiewka 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Herbata owocowa 250ml jabłko 1szt-130g
	Obiad	Botwinka 300 ml (GLU PSZ, , MLE SEL) Ryż pełnoziarnisty 200g Gulasz drobiowy naturalny w curry 200g (GLU PSZ, SEL, MLE) Fasolka szparagowa 150g Herbata owoce leśne 250ml	Botwinka 300 ml (GLU PSZ, , MLE SEL) Ryż biały 200g Gulasz drobiowy naturalny w curry 200g (GLU PSZ, SEL, MLE) Fasolka szparagowa 150g Herbata owoce leśne 250ml	Botwinka 300 ml (GLU PSZ, , MLE SEL) Ryż pełnoziarnisty 200g Gulasz drobiowy naturalny w curry 200g (GLU PSZ, SEL, MLE) Fasolka szparagowa 150g Herbata b/c 250ml	Botwinka 300 ml (GLU PSZ, , MLE SEL) Ryż pełnoziarnisty 100g Gulasz drobiowy naturalny w curry 200g (GLU PSZ, SEL, MLE) Fasolka szparagowa 100g Herbata owoce leśne 250ml
Wt 04.08	Podwiecz orek / posilek	Herbata 250ml Jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Herbata 250ml Jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rukola 10g	Herbata 250ml Jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Rukola 10g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g
	Śniadanie	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g	Kawa z mlekiem / Herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Mandarynka 1szt-100g	Salatka owocowa 100g
	Obiad	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z filet a z kurczaka sosie z zielonego groszku 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z czerwonej kapusty 150g herbata owoce leśne 250 ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z filet a z kurczaka sosie z zielonego groszku 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Bukiet warzyw 150g herbata owoce leśne 250ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z filet a z kurczaka sosie z zielonego groszku 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z czerwonej kapusty 150g herbata b/c 250ml ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 100g Bitka drobiowa z filet a z kurczaka sosie z zielonego groszku 100g/120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z czerwonej kapusty 100g herbata owoce leśne 250 ml

	Podwieczrorek/posiłek	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Mandarynka 1szt-100g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Mandarynka 1szt-100g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Ogórek 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Mandarynka 1szt-100g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml
Śr 05.08	Śniadanie	Herbata 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g	Herbata 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Bułka grahamka 1szt-70g 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Ogórek 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Jabłko 1szt-130g
	Obiad	Żurek 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU Żyt) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g /120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Żurek 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU Żyt) Kasza jęczmienna 100g (GLU PSZ) Schab duszony w sosie własnym 100g /120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml	Żurek 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU Żyt) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g /120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g herbata b/c 250	Żurek 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU Żyt) Kasza gryczana 100g Schab duszony w sosie własnym 100g /120ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata malinowa 250ml
	Podwieczrorek/Posiłek	Herbata 250ml Jogurt musli z owocami 1szt-200g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt musli z owocami 1szt-200g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rukola 10g	Herbata 250ml Jogurt musli z owocami 1szt-200g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paszтет drobiowy 1szt-50g (SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paszтет drobiowy 1szt-50g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paszтет drobiowy 1szt-50g (SOJ) Ser żółty 40g (MLE) Pomidor 2szt-100g
Czw 06.08	Śniadanie	Kakao/ herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	Kakao/ herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Bułka grahamka 1szt-70g GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	Kakao/ herbata owocowa 250ml (MLE) Bułka grahamka 1szt-70g GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rzodkiewka 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Arbuz 100g	Sałata owocowa 100g
	Obiad	Minestrone z makaronem 300ml (GLU PSZ, SELMLE, GLU Żyt) Kurczak pieczony 150g Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250 ml	Minestrone z makaronem 300ml (GLU PSZ, SELMLE, GLU Żyt) Ziemniaki 200g Kurczak duszony w sosie potrawkowym 150g /120ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kalafior duszony 150g Herbata dzika róża/jabłko 250 ml	Minestrone z makaronem 300ml (GLU PSZ, SELMLE, GLU Żyt) Ziemniaki 200g Kurczak pieczony 150g Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250 ml	Minestrone z makaronem 300ml (GLU PSZ, SELMLE, GLU Żyt) Ziemniaki 100g Kurczak pieczony 150g Surówka meksykańska 100g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250 ml

	Podwieczorek/Posilek	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Arbuz 100g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Arbuz 100g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Papryka 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100 ml (MLE) Arbuz 100g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycy z pietruszką 120g(JAJ, GOR) Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką 120g(JAJ, GOR) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycy z pietruszką 120g(JAJ, GOR) Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycy z pietruszką 120g(JAJ, GOR) Papryka 80g
Pt 07.08	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor 2szt-100g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor 2szt-100g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Skyr naturalny 1szt-150g (MLE)	Jabłko 1szt-130g
	Obiad	Ogórkowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie szpinakowym 100g/120ml (RYB, MLE, GLU PSZ) Surówka colesław 150g (MLE, SOJ) Herbata malinowa 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie szpinakowym 100g/120ml (RYB, MLE, GLU PSZ) Bukiet warzyw 150g Herbata malinowa 250ml	Ogórkowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie szpinakowym 100g/120ml (RYB, MLE, GLU PSZ) Surówka colesław 150g (MLE, SOJ) Herbata b/c 250ml	Ogórkowa 300ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie szpinakowym 100g/120ml (RYB, MLE, GLU PSZ) Surówka colesław 150g (MLE, SOJ) Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek/Posilek	Herbata 250ml Skyr owocowy 1szt-150g (MLE, GLU PSZ)	Herbata 250ml Skyr owocowy 1szt-150g (MLE, GLU PSZ)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Rzodkiewka 30g	Herbata 250ml Skyr owocowy 1szt-150g (MLE, GLU PSZ)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Rukola 10g Sok z marchwi 200ml
Sob 08.08.	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g(GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Jabłko 1szt-130g
	Obiad	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Fasolka szparagowa 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron penne 200g (GLU PSZ) Sos mięsny pomidorowy 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Fasolka szparagowa 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Fasolka szparagowa 150g Herbata b/c 250ml	Jarzynowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 100g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Fasolka szparagowa 100g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml

	Podwieczorek / Posiłek nocny	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Mix sałat 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 130g
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Jajko 1szt-50g (JAJ) Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Jajko 1szt-50g (JAJ) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Jajko 1szt-50g (JAJ) Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Jajko 1szt-50g (JAJ) Rzodkiewka 50g
Nd 09.08	Śniadanie	Kakao / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Pomarańcza 1szt-130g
	Obiad	Barszcz czerwony 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Kasza pęczak 200g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 150g (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne 250ml	Barszcz czerwony 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Brokuły duszone 150g Herbata owoce leśne 250ml	Barszcz czerwony 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Kasza pęczak 200g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Barszcz czerwony 300ml (MLE, GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna 100g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ, SEL) Surówka wiejska 100g (JAJ, GOR) Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek / Posiłek nocny	Herbata 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Herbata b/c 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Ogórek 30g	Herbata b/c 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-150g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Dżem 1szt-25g Rukola 10g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Pomarańcza 1szt-130g
Pon 10.08	Śniadanie	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g Rzodkiewka 50g	herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rzodkiewka 50g	herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Rzodkiewka 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Pomarańcza 1szt-130g

		Obiad	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż pełnoziarnisty 200g Potrawka z piersi z kurczaka, z pieczarkami, papryka i ciecierzycą 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż biały 200g Potrawka z piersi z kurczaka, z pomidorami 200g (GLU PSZ, SEL) Kalafior duszony 150g Herbata malinowa 250ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż pełnoziarnisty 200g Potrawka z piersi z kurczaka, z pieczarkami, papryka i ciecierzycą 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Szpinakowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż pełnoziarnisty 100g Potrawka z piersi z kurczaka, z pieczarkami, papryka i ciecierzycą 200g (GLU PSZ, SEL) Surówka koperkowa 100g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml
	Posiłek nocy		Herbata 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Papryka 30g	Herbata 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)
	Kolacja		Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek 50g
Wt 11.08.	Śniadanie		Kawa z mlekiem / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g	Kawa z mlekiem / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) rukola 10g	Kawa z mlekiem / Herbata b/c 250ml (MLE) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g	Kawa z mlekiem / Herbata owocowa 250ml (MLE) Bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) jajko 1szt-50g (JAJ) papryka 80g
	II Śniadanie				Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g	Herbata 250ml Mandarynka 1szt-100g
	Jx Obiad		Pomidorowa z ryżem 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z piersi kurczaka w sosie paprykowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mizzeria z jogurtem 150g (MLE) Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z piersi kurczaka w sosie paprykowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bukiet warzyw 150g Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Bitka drobiowa z piersi kurczaka w sosie paprykowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mizzeria z jogurtem 150g (MLE) Herbata dzika róża/ jabłko 250ml	Pomidorowa z ryżem 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 100g Bitka drobiowa z piersi kurczaka w sosie paprykowym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mizzeria z jogurtem 100g (MLE) Herbata dzika róża/ jabłko 250ml
	Podwieczorek/ Posiłek nocy		Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko gotowane 1szt-130g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Ogórek 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g
	Kolacja		Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g(MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g(MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g(MLE) Sok z marchwi 200ml	Herbat owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta twarogowa ze szpinakiem 120g(MLE) Sok z marchwi 200ml
Sr 12.08	Śniadanie		herbata 250ml bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ,) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Ogórek 50g	herbata 250ml bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ,) chleb żytnio-pszenno 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	herbata b/c 250ml bułka grahamka 1szt-70g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Ogórek 50g	herbata owocowa 250ml bułka kajzerka 1szt-60g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Ogórek 50g

	II	Śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt owocowy bez cukru 1szt-150g (MLE)	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)
	Obiad	6x	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza gryczana 200g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza gryczana 100g Schab duszony w sosie własnym 100g/120ml (GLU PSZ, MLE, JAJ) Sałatka z buraczków 100g Herbata owoce leśne 250ml
	Podwieczorek / Posilek nocy		Herbata 250ml Jogurt nasiona i ziarna z owocami 1szt-200g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt nasiona i ziarna z owocami 1szt-200g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rzodkiewka 30g	Herbata 250ml Jogurt nasiona i ziarna z owocami 1szt-200g (MLE)
	Kolacja		Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ, GOR) Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ, GOR) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ, GOR) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ, GOR) Rukola 10g
Czw 13.08	Śniadanie		Kakao/ herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao/ herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao/ herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z koperkiem 120g (MLE) Pomidor 2szt-100g
	Śniadanie				Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g	Sałatka owocowa 100g
	Obiad		Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU SZP, MLE, SEL, JAJ) Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU SZP, MLE, SEL, JAJ) Fasolka szparagowa 150g Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU SZP, MLE, SEL, JAJ) Surówka meksykańska 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 100g Rolada ze szpinakiem w sosie pomidorowym 100g/120ml (GLU SZP, MLE, SEL, JAJ) Surówka meksykańska 100g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek / Posilek nocy		Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Papryka 30g	Herbata 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g (MLE) Pomarańcza 150g
	Kolacja		Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok wielowarzywny 200ml

Pt 14.08	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycą i pietruszką 120g (JAJ, GOR) Rzodkiewka 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z pietruszką 120g (JAJ, GOR) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycą i pietruszką 120g (JAJ, GOR) Rzodkiewka 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Pasta z jaj z ciecierzycą i pietruszką 120g (JAJ, GOR) Rzodkiewka 50g
	Śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-100g (MLE)	Jabłko 1szt-130g
	Obiad	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Ryba smażona 100g (RYB, GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty kiszzonej 150g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie koperkowym 100g/120ml(RYB, GLU PSZ, SEL) Marchew baby z sezamem 150g (SEZ) Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 200g Ryba duszona w sosie koperkowym 100g/120ml(RYB, GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty kiszzonej 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Krupnik 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki 100g Kotlet rybny smażony 100g (RYB, GLU PSZ, JAJ) Surówka z kapusty kiszzonej 150g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml
	Podwieczerek/ Posiłek nocy	Herbata 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-100g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-100g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Rukola 10g	Herbata 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-100g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek naturalny 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Rukola 10g
Sob 15.08	Śniadanie	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Twarożek 60g (MLE) Ogórek 50g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g	Mandarynka 1szt-100g
	Obiad	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL GLU Żyt,) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Surówka porowa 150g(JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL GLU Żyt,) Makaron penne 200g (GLU PSZ) Sos mięsny pomidorowy ala bolognese 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Bukiet warzyw 150g Herbata dzika róża/jabłko 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL GLU Żyt,) Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Surówka porowa 150g(JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Żurek 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL GLU Żyt,) Makaron pełnoziarnisty 100g (GLU PSZ) Sos mięsny z soczewicą 200g (SEL MLE, GLU PSZ,) Surówka porowa 100g (JAJ, GOR) Herbata dzika róża/jabłko 250ml
	Podwieczorek /posiłek nocny	Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g	Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko gotowane 1szt-130g	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Ser żółty 30g (MLE) Papryka 30g	Herbata b/c 250ml Jogurt naturalny 1szt-100g(MLE) Jabłko 1szt-130g

	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 60g (SOJ) Rukola 10g Sok pomidorowy 200ml
Nd 16.08	Śniadanie	Kakao / Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kawa z mlekiem/ Herbata 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek 120g (MLE) Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g	Kakao / Herbata owocowa 250ml (MLE) Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Ser żółty 60g (MLE) Pomidor 2szt-100g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Skyr naturalny 1szt-150g (MLE)	Pomarańcza 1szt-130g
	Obiad	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Roladka drobiowa z groszkiem zielonym w sosie naturalnym 100g/120ml (GOR, GLU PSZ, MLE) Surówka wiejska 150g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Roladka drobiowa z groszkiem zielonym w sosie naturalnym 100g/120ml (GOR, GLU PSZ, MLE) Marchew baby z pietruszką 150g Herbata malinowa 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 200g (GLU PSZ) Roladka drobiowa z groszkiem zielonym w sosie naturalnym 100g/120ml (GOR, GLU PSZ, MLE) Surówka wiejska 150g (JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml	Kalafiorowa 300ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 100g (GLU PSZ) Roladka drobiowa z groszkiem zielonym w sosie naturalnym 100g/120ml (GOR, GLU PSZ, MLE) Surówka wiejska 100g (JAJ, GOR) Herbata malinowa 250ml
	Podwieczorek /posilek nocny	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Ogórek 30g	Herbata 250ml Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR, SEL) Rukola 10g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR, SEL) Rukola 10g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR, SEL) Rukola 10g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Sałatka bawarska 120g (JAJ, GOR, SEL) Rukola 10g
Pon 17.08	Śniadanie	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Papryka 80g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Pomidor sparzony 2szt-100g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Papryka 80g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 30g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytnio-razowy z ziarnami 40g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Twarożek z pietruszką 120g (MLE) Dżem 1szt-25g Papryka 80g
	II śniadanie			Herbata b/c 250ml Jogurt jogobella bez cukru 1szt-150g(MLE)	Jogurt owocowy 1szt-100g (MLE)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 2szt-100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Szpinakowa z ziemniakami 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 200g Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowo-koperkowym 2szt-100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata owoce leśne 250ml	Szpinakowa z ziemniakami 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 200g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 2szt-100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 150g Herbata b/c 250ml	Szpinakowa z ziemniakami 300ml (MLE,SEL, GLU PSZ) Ryż pełnoziarnisty 100g Klopsiki drobiowe z soczewicą w sosie pieczarkowym 2szt-100g/120ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, MLE) Sałatka z buraczków 100g Herbata owoce leśne 250ml

	Podwieczorek/posilek nocny	Herbata 250ml Jogurt musli i ziarna 1szt-200g (GLU PSZ, GLU OWs, MLE, ORZ)	Herbata 250ml Jogurt musli i ziarna 1szt-200g (GLU PSZ, GLU OWs, MLE, ORZ)	Chleb razowy 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Wędlina 40g (SOJ) Mix sałat 30g	Herbata 250ml Jogurt musli i ziarna 1szt-200g(GLU PSZ, GLU OWs, MLE, ORZ)
	Kolacja	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g	Herbata 250ml Chleb pszenno-żytni 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Mix sałat 50g	Herbata b/c 250ml Chleb razowy 90g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g	Herbata owocowa 250ml Chleb pszenno-żytni 60g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 1szt-10g (MLE) Paprykarz szczeciński 1szt-130g (GLU PSZ, RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g