

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Mandarynka 2 szt Pomidor 40 g Rzepa biała 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g Rzepa biała 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ, SEL.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Dynia z wody 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g
	II ŚN		Mandarynka 2 szt	Banan 150 g	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g				
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-12-04 poniedziałek	PD Kolacja	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> ,)		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)					
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE</u> ,) Marchew gotowana z olejem () 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor b/skórki 70 g		
		PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g				
	E: 2012.36 kcal; B: 75.26 g; T: 41.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; W: 352.92 g; W tym cukry: 95.05 g; Bł.: 32.52 g; Sól: 6.86 g;	E: 2330.76 kcal; B: 84.35 g; T: 47.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; W: 409.38 g; W tym cukry: 120.05 g; Bł.: 32.56 g; Sól: 7.09 g;	E: 2709.39 kcal; B: 110.49 g; T: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 432.31 g; W tym cukry: 118.18 g; Bł.: 24.74 g; Sól: 6.85 g;	E: 2316.77 kcal; B: 77.53 g; T: 46.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; W: 409.44 g; W tym cukry: 126.62 g; Bł.: 18.83 g; Sól: 6.05 g;	E: 2249.01 kcal; B: 93.97 g; T: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; W: 346.47 g; W tym cukry: 56.00 g; Bł.: 55.38 g; Sól: 9.57 g;	E: 2137.74 kcal; B: 85.89 g; T: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; W: 335.83 g; W tym cukry: 45.25 g; Bł.: 55.10 g; Sól: 10.24 g;	E: 2336.51 kcal; B: 96.21 g; T: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 361.92 g; W tym cukry: 48.68 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 10.46 g;	E: 2314.63 kcal; B: 88.48 g; T: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 398.26 g; W tym cukry: 135.46 g; Bł.: 22.22 g; Sól: 6.68 g;	E: 2013.45 kcal; B: 73.21 g; T: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 355.95 g; W tym cukry: 104.21 g; Bł.: 18.78 g; Sól: 6.65 g;	E: 2100.63 kcal; B: 77.06 g; T: 49.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; W: 350.12 g; W tym cukry: 73.46 g; Bł.: 27.32 g; Sól: 8.30 g;		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (RYB, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Jabłko 150 g			Jabłko pieczone 150 g					
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (bez mleka)() 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (bez mleka)() 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Brokuł gotowany* 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 30 g
PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>)			

2023-12-05 wtorek

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-05 wtorek	E: 2270.37 kcal; B: 95.46 g; T: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; W: 348.56 g; W tym cukry: 72.43 g; Bł.: 37.58 g; Sól: 9.59 g;	E: 2577.87 kcal; B: 104.06 g; T: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; W: 395.56 g; W tym cukry: 81.43 g; Bł.: 39.18 g; Sól: 10.15 g;	E: 2605.77 kcal; B: 106.61 g; T: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; W: 398.60 g; W tym cukry: 82.49 g; Bł.: 36.03 g; Sól: 9.64 g;	E: 2498.29 kcal; B: 109.76 g; T: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; W: 365.47 g; W tym cukry: 84.73 g; Bł.: 29.93 g; Sól: 8.63 g;	E: 2329.82 kcal; B: 105.03 g; T: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; W: 337.43 g; W tym cukry: 35.41 g; Bł.: 48.19 g; Sól: 10.95 g;	E: 2371.70 kcal; B: 93.17 g; T: 84.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; W: 335.60 g; W tym cukry: 36.66 g; Bł.: 52.78 g; Sól: 10.91 g;	E: 2361.07 kcal; B: 100.73 g; T: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 364.20 g; W tym cukry: 39.75 g; Bł.: 36.07 g; Sól: 9.96 g;	E: 2426.01 kcal; B: 101.58 g; T: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; W: 409.13 g; W tym cukry: 88.49 g; Bł.: 37.74 g; Sól: 9.04 g;	E: 2372.00 kcal; B: 97.07 g; T: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; W: 384.21 g; W tym cukry: 75.06 g; Bł.: 32.73 g; Sól: 8.77 g;	E: 2025.03 kcal; B: 83.56 g; T: 49.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; W: 326.64 g; W tym cukry: 53.74 g; Bł.: 30.87 g; Sól: 7.74 g;
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> , Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 70 g (<u>GLU PSZ</u> , Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , Kawa zbożowa 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Banan 150 g
2023-12-06 środa			Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
II ŚN										
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> , Sałatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Sałatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Sałatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Sałatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> , Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u> , Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Cukinia pieczona z olejem* 100 g Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)		
2023-12-06 środa Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g
PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE.</u>)			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-06 środa	E: 2161.97 kcal; B: 86.17 g; T: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; W: 340.28 g; W tym cukry: 91.36 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 8.51 g;	E: 2471.97 kcal; B: 94.13 g; T: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 382.28 g; W tym cukry: 91.36 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 8.85 g;	E: 2567.74 kcal; B: 103.65 g; T: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 391.06 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 21.65 g; Sól: 8.68 g;	E: 2525.47 kcal; B: 110.94 g; T: 60.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; W: 391.97 g; W tym cukry: 80.19 g; Bł.: 21.87 g; Sól: 11.49 g;	E: 2078.93 kcal; B: 103.88 g; T: 48.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 323.67 g; W tym cukry: 49.47 g; Bł.: 37.84 g; Sól: 11.49 g;	E: 1990.95 kcal; B: 92.64 g; T: 48.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; W: 313.87 g; W tym cukry: 42.72 g; Bł.: 37.83 g; Sól: 11.76 g;	E: 2162.64 kcal; B: 104.14 g; T: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 328.09 g; W tym cukry: 44.05 g; Bł.: 26.90 g; Sól: 9.33 g;	E: 2271.65 kcal; B: 88.18 g; T: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; W: 366.68 g; W tym cukry: 86.44 g; Bł.: 22.99 g; Sól: 6.80 g;	E: 2121.78 kcal; B: 96.00 g; T: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 338.66 g; W tym cukry: 88.64 g; Bł.: 21.01 g; Sól: 6.33 g;	E: 1879.30 kcal; B: 82.51 g; T: 37.52 g; Kw. tł. nasy.: 9.01 g; W: 310.76 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 20.79 g; Sól: 7.49 g;
2023-12-07 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 30 g Pomidor 40 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 30 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la fromage z ziołami 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
II ŚN			Gruszka 150 g				Jabłko pieczone 150 g			

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-07 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna				
2023-12-07 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)			Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g				
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ. SEL.</u>)		E: 2524.94 kcal; B: 100.81 g; T: 61.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; W: 398.57 g; W tym cukry: 89.76 g; Bł.: 38.18 g; Sól: 5.78 g;	E: 2807.88 kcal; B: 103.32 g; T: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; W: 459.63 g; W tym cukry: 130.10 g; Bł.: 38.59 g; Sól: 6.06 g;	E: 2811.97 kcal; B: 104.63 g; T: 64.35 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; W: 457.86 g; W tym cukry: 124.69 g; Bł.: 34.97 g; Sól: 6.65 g;	E: 2783.14 kcal; B: 116.56 g; T: 59.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; W: 450.94 g; W tym cukry: 123.68 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 5.16 g;	E: 2362.36 kcal; B: 89.86 g; T: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; W: 353.34 g; W tym cukry: 62.49 g; Bł.: 56.93 g; Sól: 10.76 g;	E: 2230.25 kcal; B: 83.25 g; T: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; W: 345.85 g; W tym cukry: 54.78 g; Bł.: 54.52 g; Sól: 10.95 g;	E: 2207.32 kcal; B: 89.10 g; T: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; W: 355.99 g; W tym cukry: 51.00 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 10.61 g;	E: 2352.94 kcal; B: 92.61 g; T: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.86 g; W: 391.26 g; W tym cukry: 108.67 g; Bł.: 32.28 g; Sól: 9.86 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Słupki z marchewki 30 g Rzepa biała 40 g Mandarynka 2 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 100 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL, _) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 80 g (MLE, _) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Dynamia z wody 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN		Mandarynka 2 szt		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				
2023-12-08 piątek	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 300 g (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-08 piątek	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Brokuł gotowany* 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g	
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g				
		E: 2509.39 kcal; B: 101.73 g; T: 82.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; W: 357.38 g; W tym cukry: 96.63 g; Bł.: 34.92 g; Sól: 7.76 g;	E: 2676.19 kcal; B: 109.53 g; T: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; W: 384.08 g; W tym cukry: 104.88 g; Bł.: 35.37 g; Sól: 7.94 g;	E: 2745.09 kcal; B: 120.22 g; T: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 383.56 g; W tym cukry: 104.29 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 7.37 g;	E: 2534.72 kcal; B: 122.05 g; T: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; W: 385.88 g; W tym cukry: 109.66 g; Bł.: 30.58 g; Sól: 6.18 g;	E: 2266.78 kcal; B: 113.74 g; T: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 300.37 g; W tym cukry: 35.68 g; Bł.: 45.82 g; Sól: 8.43 g;	E: 2039.87 kcal; B: 92.56 g; T: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; W: 289.80 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 45.74 g; Sól: 9.80 g;	E: 2347.04 kcal; B: 113.20 g; T: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 340.47 g; W tym cukry: 40.03 g; Bł.: 29.64 g; Sól: 8.74 g;	E: 2370.46 kcal; B: 100.48 g; T: 56.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.16 g; W: 376.39 g; W tym cukry: 112.47 g; Bł.: 28.27 g; Sól: 6.62 g;	E: 2277.92 kcal; B: 102.14 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 352.67 g; W tym cukry: 94.37 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 6.14 g;	E: 1982.88 kcal; B: 81.69 g; T: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 321.58 g; W tym cukry: 72.12 g; Bł.: 26.81 g; Sól: 6.74 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Kalafior gotowany* 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g
		II ŚN		Banan 150 g		Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
2023-12-10 niedziela	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
2023-12-09 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (<u>SEL.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (<u>SEL.</u>) Połudwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ.</u>)
		PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		
	E: 2537.80 kcal; B: 86.65 g; T: 87.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; W: 365.16 g; W tym cukry: 90.54 g; Bł.: 35.96 g; Sól: 10.45 g;	E: 2870.00 kcal; B: 95.77 g; T: 94.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; W: 422.76 g; W tym cukry: 125.59 g; Bł.: 36.39 g; Sól: 10.90 g;	E: 2908.85 kcal; B: 98.08 g; T: 94.68 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; W: 427.42 g; W tym cukry: 123.81 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 10.69 g;	E: 2691.78 kcal; B: 98.11 g; T: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; W: 455.03 g; W tym cukry: 132.41 g; Bł.: 25.71 g; Sól: 8.56 g;	E: 2252.93 kcal; B: 88.96 g; T: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; W: 354.47 g; W tym cukry: 53.73 g; Bł.: 49.79 g; Sól: 9.67 g;	E: 2217.01 kcal; B: 84.26 g; T: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; W: 344.28 g; W tym cukry: 45.26 g; Bł.: 49.91 g; Sól: 9.63 g;	E: 2299.31 kcal; B: 92.27 g; T: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; W: 380.80 g; W tym cukry: 49.88 g; Bł.: 31.65 g; Sól: 9.96 g;	E: 2451.73 kcal; B: 93.57 g; T: 49.38 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; W: 421.70 g; W tym cukry: 113.15 g; Bł.: 27.78 g; Sól: 7.29 g;	E: 2201.63 kcal; B: 85.78 g; T: 44.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 378.74 g; W tym cukry: 87.17 g; Bł.: 29.11 g; Sól: 7.34 g;	E: 2234.21 kcal; B: 75.85 g; T: 52.80 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; W: 377.26 g; W tym cukry: 75.62 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 7.07 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g Dynia z wody 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN	Jabłko 150 g					Jabłko pieczone 150 g		
2023-12-10 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kapusta zasmażana 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kapusta zasmażana 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-10 niedziela	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)			Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Kalafior gotowany* 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g
	PN					Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkim wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>)			

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-04 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA SIEDLCE

2023-12-10 niedziela

SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
E: 1965.70 kcal; B: 98.40 g; T: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; W: 282.20 g; W tym cukry: 75.66 g; Bł.: 28.95 g; Sól: 7.70 g;	E: 2475.40 kcal; B: 112.97 g; T: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; W: 372.61 g; W tym cukry: 75.66 g; Bł.: 32.41 g; Sól: 9.43 g;	E: 2537.18 kcal; B: 117.97 g; T: 70.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; W: 371.27 g; W tym cukry: 74.91 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 10.31 g;	E: 2610.56 kcal; B: 113.46 g; T: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.74 g; W: 386.05 g; W tym cukry: 76.17 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 9.84 g;	E: 2351.11 kcal; B: 115.39 g; T: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; W: 334.11 g; W tym cukry: 48.97 g; Bł.: 51.52 g; Sól: 11.80 g;	E: 2225.72 kcal; B: 109.20 g; T: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; W: 326.64 g; W tym cukry: 41.72 g; Bł.: 54.18 g; Sól: 13.03 g;	E: 2368.22 kcal; B: 113.35 g; T: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; W: 340.02 g; W tym cukry: 46.17 g; Bł.: 33.08 g; Sól: 10.54 g;	E: 2371.52 kcal; B: 103.10 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; W: 359.44 g; W tym cukry: 81.08 g; Bł.: 32.08 g; Sól: 8.55 g;	E: 2174.52 kcal; B: 102.25 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; W: 330.07 g; W tym cukry: 78.66 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 8.32 g;	E: 2077.21 kcal; B: 90.52 g; T: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.01 g; W: 330.75 g; W tym cukry: 83.02 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 8.65 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN		Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb bezglutenowy 120 g
		Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)
Obiad		Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.)
		Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Pomidor b/skórki 70 g	Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.)	Pomidor 70 g	Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)	Poledwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.)
		Banan 150 g	Banan 150 g	Banan 150 g			Banan 150 g		Mandarynka 2 szt	
		Mandarynka 2 szt	Banan 150 g	Banan 150 g	Wafle ryżowe 20 g					
		Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.)
		Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g	Ryż na sypko (brażowy) 180 g	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g	Pulpet drobiowy 100 g	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g	Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g
		Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Pulpet drobiowy 100 g	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Sos ziołowy*b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)	Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.)
		Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Surówka z marchwi z olejem () 200 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-04 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u> .)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> .)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> .)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> .)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .)		
2023-12-04 poniedziałek Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u> .) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g
PN										
	E: 1966.65 kcal; B: 77.06 g; T: 30.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; W: 357.84 g; W tym cukry: 105.83 g; Bł.: 16.68 g; Sól: 5.74 g;	E: 2207.64 kcal; B: 93.47 g; T: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.23 g; W: 342.66 g; W tym cukry: 81.26 g; Bł.: 48.88 g; Sól: 7.56 g;	E: 2392.22 kcal; B: 87.59 g; T: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 412.19 g; W tym cukry: 129.21 g; Bł.: 18.82 g; Sól: 6.90 g;	E: 2500.82 kcal; B: 86.32 g; T: 56.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; W: 424.63 g; W tym cukry: 103.94 g; Bł.: 27.90 g; Sól: 8.37 g;	E: 2064.27 kcal; B: 40.96 g; T: 47.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; W: 376.02 g; W tym cukry: 132.56 g; Bł.: 11.69 g; Sól: 1.57 g;	E: 1829.99 kcal; B: 31.12 g; T: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; W: 331.09 g; W tym cukry: 116.11 g; Bł.: 10.33 g; Sól: 1.42 g;	E: 1973.72 kcal; B: 78.40 g; T: 50.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 306.61 g; W tym cukry: 116.50 g; Bł.: 12.23 g; Sól: 4.00 g;	E: 2700.00 kcal; B: 108.08 g; T: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; W: 433.72 g; W tym cukry: 130.49 g; Bł.: 18.50 g; Sól: 6.93 g;	E: 2130.69 kcal; B: 80.09 g; T: 44.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; W: 372.56 g; W tym cukry: 114.84 g; Bł.: 34.62 g; Sól: 6.44 g;	E: 1935.69 kcal; B: 55.41 g; T: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; W: 332.52 g; W tym cukry: 96.49 g; Bł.: 14.67 g; Sól: 3.83 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (<u>RYB, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Jabłko 150 g
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)				Jabłko 150 g		
		Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy () b/ml 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy () b/ml 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)			Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			
Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szyńka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 30 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek kiszony 70 g
PN										

2023-12-05 wtorek

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-05 wtorek	E: 2207.74 kcal; B: 92.84 g; T: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; W: 367.96 g; W tym cukry: 86.18 g; Bł.: 28.98 g; Sól: 6.28 g;	E: 2331.88 kcal; B: 104.62 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; W: 351.13 g; W tym cukry: 55.32 g; Bł.: 49.18 g; Sól: 10.32 g;	E: 2591.27 kcal; B: 108.99 g; T: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; W: 403.76 g; W tym cukry: 84.06 g; Bł.: 32.68 g; Sól: 9.46 g;	E: 2401.87 kcal; B: 97.88 g; T: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; W: 382.37 g; W tym cukry: 53.83 g; Bł.: 32.05 g; Sól: 9.14 g;	E: 1948.83 kcal; B: 46.23 g; T: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; W: 316.96 g; W tym cukry: 60.84 g; Bł.: 23.04 g; Sól: 3.18 g;	E: 1927.59 kcal; B: 34.83 g; T: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; W: 331.49 g; W tym cukry: 60.89 g; Bł.: 22.48 g; Sól: 2.45 g;	E: 1786.65 kcal; B: 69.74 g; T: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; W: 263.19 g; W tym cukry: 74.57 g; Bł.: 19.44 g; Sól: 4.89 g;	E: 2432.32 kcal; B: 92.92 g; T: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; W: 392.65 g; W tym cukry: 81.21 g; Bł.: 31.54 g; Sól: 9.18 g;	E: 2486.40 kcal; B: 103.37 g; T: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; W: 389.47 g; W tym cukry: 83.95 g; Bł.: 45.73 g; Sól: 8.97 g;	E: 2246.43 kcal; B: 81.92 g; T: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; W: 318.81 g; W tym cukry: 70.66 g; Bł.: 20.91 g; Sól: 5.37 g;
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 100 g (MLE ,) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ ,) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Podpłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE ,) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Podpłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE ,) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,)	Ryż na mleku 250 ml (MLE ,) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kakao z mlekiem 250 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek homo. naturalny 50 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 70 g
2023-12-06 środa	Banan 150 g		Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g	Banan 150 g		Banan 150 g			
Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 30 g (GLU PSZ ,) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 90 g Eskalopka z kurczaka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE ,) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ ,) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE ,) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-06 środa	PD		Maślanka 200 ml (MLE,)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL,) Salata zielona 10 g			Niespodzianka 1 szt		Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g (SOJ, MLE,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Pasztet drobiowy z kurnej półki 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE,) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (SOJ, MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 70 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-06 środa	E: 2066.88 kcal; B: 97.38 g; T: 35.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; W: 347.35 g; W tym cukry: 83.27 g; Bł.: 19.45 g; Sól: 5.54 g;	E: 2052.12 kcal; B: 102.10 g; T: 42.65 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 329.09 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 29.40 g; Sól: 9.10 g;	E: 2477.28 kcal; B: 110.96 g; T: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; W: 382.16 g; W tym cukry: 88.64 g; Bł.: 21.01 g; Sól: 6.69 g;	E: 2171.99 kcal; B: 89.88 g; T: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; W: 355.34 g; W tym cukry: 69.05 g; Bł.: 23.29 g; Sól: 8.19 g;	E: 1898.91 kcal; B: 50.66 g; T: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 19.69 g; W: 309.17 g; W tym cukry: 75.19 g; Bł.: 13.92 g; Sól: 2.53 g;	E: 1786.55 kcal; B: 33.06 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; W: 310.26 g; W tym cukry: 77.34 g; Bł.: 13.92 g; Sól: 2.16 g;	E: 1500.38 kcal; B: 61.63 g; T: 42.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; W: 222.60 g; W tym cukry: 86.08 g; Bł.: 12.06 g; Sól: 4.26 g;	E: 2217.97 kcal; B: 90.31 g; T: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; W: 344.24 g; W tym cukry: 92.23 g; Bł.: 20.63 g; Sól: 8.36 g;	E: 2395.56 kcal; B: 106.35 g; T: 56.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; W: 380.59 g; W tym cukry: 93.25 g; Bł.: 29.40 g; Sól: 8.89 g;	E: 1925.57 kcal; B: 74.08 g; T: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; W: 309.31 g; W tym cukry: 83.53 g; Bł.: 15.58 g; Sól: 5.32 g;
2023-12-07 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Paszтет z ciecierzycy () 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Paszтет z ciecierzycy () 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ. GOR.</u>) Sałata zielona 30 g Gruszka 150 g
II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g		Gruszka 150 g	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-07 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Makaron bg z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g				Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-07 czwartek	Kolacja	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, _) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	
PN											
		E: 1977.25 kcal; B: 81.30 g; T: 37.75 g; Kw. tł. nasy.: 12.07 g; W: 338.54 g; W tym cukry: 73.84 g; Bł.: 23.32 g; Sól: 6.95 g;	E: 2163.27 kcal; B: 79.80 g; T: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.98 g; W: 340.56 g; W tym cukry: 76.43 g; Bł.: 48.98 g; Sól: 8.12 g;	E: 2605.03 kcal; B: 104.55 g; T: 51.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; W: 435.60 g; W tym cukry: 118.97 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 5.58 g;	E: 2110.41 kcal; B: 83.75 g; T: 46.19 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; W: 351.87 g; W tym cukry: 60.38 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 9.55 g;	E: 1857.59 kcal; B: 45.84 g; T: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; W: 305.28 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 16.37 g; Sól: 5.65 g;	E: 1857.11 kcal; B: 32.83 g; T: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; W: 329.81 g; W tym cukry: 81.52 g; Bł.: 15.47 g; Sól: 3.21 g;	E: 1856.49 kcal; B: 70.63 g; T: 37.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; W: 311.52 g; W tym cukry: 110.32 g; Bł.: 18.73 g; Sól: 3.55 g;	E: 2750.03 kcal; B: 105.34 g; T: 58.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.51 g; W: 453.04 g; W tym cukry: 120.12 g; Bł.: 33.24 g; Sól: 4.99 g;	E: 2668.39 kcal; B: 105.36 g; T: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 436.06 g; W tym cukry: 113.85 g; Bł.: 40.90 g; Sól: 4.76 g;	E: 1996.08 kcal; B: 60.99 g; T: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; W: 316.65 g; W tym cukry: 71.04 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 4.94 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 100 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL, _) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Twarożek 40 g (MLE, _)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Mandarynka 2 szt
		II ŚN		Mandarynka 2 szt					Mandarynka 2 szt		
2023-12-08 piątek	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybno-warzywny* 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybno-warzywny* 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-08 piątek	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , <u>_</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> , <u>_</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy żytnio-pszenny 120 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Papryka świeża 70 g	
	PN										
		E: 2192.67 kcal; B: 96.73 g; T: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; W: 363.03 g; W tym cukry: 89.14 g; Bł.: 24.58 g; Sól: 5.05 g;	E: 2187.13 kcal; B: 112.17 g; T: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; W: 302.71 g; W tym cukry: 69.20 g; Bł.: 39.02 g; Sól: 6.69 g;	E: 2526.47 kcal; B: 112.94 g; T: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 383.55 g; W tym cukry: 106.47 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 6.82 g;	E: 2226.23 kcal; B: 89.96 g; T: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.09 g; W: 359.81 g; W tym cukry: 76.39 g; Bł.: 28.54 g; Sól: 7.64 g;	E: 2005.92 kcal; B: 44.83 g; T: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 330.08 g; W tym cukry: 104.36 g; Bł.: 20.79 g; Sól: 2.36 g;	E: 1908.25 kcal; B: 32.24 g; T: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 330.57 g; W tym cukry: 105.02 g; Bł.: 20.60 g; Sól: 2.13 g;	E: 1840.48 kcal; B: 74.29 g; T: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 265.31 g; W tym cukry: 96.06 g; Bł.: 17.48 g; Sól: 3.58 g;	E: 2706.54 kcal; B: 111.38 g; T: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; W: 386.44 g; W tym cukry: 99.22 g; Bł.: 25.44 g; Sól: 7.65 g;	E: 2425.46 kcal; B: 109.02 g; T: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; W: 352.69 g; W tym cukry: 104.05 g; Bł.: 39.02 g; Sól: 7.11 g;	E: 2136.86 kcal; B: 77.03 g; T: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 304.46 g; W tym cukry: 83.95 g; Bł.: 18.32 g; Sól: 3.75 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parz ona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parz ona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	
		II ŚN	Banan 150 g	Banan 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Banan 150 g	Banan 150 g					
2023-12-10 niedziela	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 60 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		III ŚN									

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-09 sobota	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Sałata zielona 20 g			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u> .)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (<u>SEL</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Południca Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)
	PN	E: 2120.91 kcal; B: 89.63 g; T: 36.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; W: 372.15 g; W tym cukry: 80.31 g; Bł.: 27.01 g; Sól: 6.43 g;	E: 2197.82 kcal; B: 89.21 g; T: 48.72 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; W: 371.23 g; W tym cukry: 96.57 g; Bł.: 42.16 g; Sól: 7.58 g;	E: 2533.83 kcal; B: 94.90 g; T: 51.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; W: 436.34 g; W tym cukry: 122.22 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 7.79 g;	E: 2596.92 kcal; B: 88.05 g; T: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.71 g; W: 430.21 g; W tym cukry: 77.53 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 8.07 g;	E: 2059.34 kcal; B: 48.47 g; T: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; W: 351.89 g; W tym cukry: 81.18 g; Bł.: 18.28 g; Sól: 2.30 g;	E: 1937.44 kcal; B: 36.47 g; T: 47.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; W: 348.06 g; W tym cukry: 80.81 g; Bł.: 18.19 g; Sól: 1.99 g;	E: 1953.72 kcal; B: 63.58 g; T: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; W: 288.08 g; W tym cukry: 109.42 g; Bł.: 17.57 g; Sól: 5.31 g;	E: 2951.82 kcal; B: 98.85 g; T: 94.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; W: 437.76 g; W tym cukry: 123.96 g; Bł.: 30.06 g; Sól: 10.30 g;	E: 2797.93 kcal; B: 97.50 g; T: 100.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.49 g; W: 395.76 g; W tym cukry: 107.92 g; Bł.: 42.68 g; Sól: 10.03 g;	E: 2203.41 kcal; B: 69.14 g; T: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 17.94 g; W: 369.35 g; W tym cukry: 88.69 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 4.21 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 5 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Podpłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Podpłomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 70 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g			
2023-12-10 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-10 niedziela	PD		Maślanka 150 ml (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,_)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ,_) Sałata zielona 20 g			Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,_)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ,_) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ,_) Ser żółty 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Ser żółty 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ,_) Ser żółty 25 g (MLE,_) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser żółty 25 g (MLE,_) Pomidor 70 g
	PN										

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-04 do dnia 2023-12-10 KUCHNIA SIEDLCE

2023-12-10 niedziela

SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
E: 2125.80 kcal; B: 102.59 g; T: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; W: 341.68 g; W tym cukry: 89.78 g; Bł.: 27.85 g; Sól: 6.87 g;	E: 2253.87 kcal; B: 110.39 g; T: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; W: 329.69 g; W tym cukry: 60.97 g; Bł.: 44.65 g; Sól: 9.87 g;	E: 2565.50 kcal; B: 120.80 g; T: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; W: 383.07 g; W tym cukry: 80.37 g; Bł.: 31.14 g; Sól: 9.02 g;	E: 2240.19 kcal; B: 100.85 g; T: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; W: 338.83 g; W tym cukry: 64.71 g; Bł.: 31.75 g; Sól: 10.11 g;	E: 2044.39 kcal; B: 54.80 g; T: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; W: 324.37 g; W tym cukry: 65.53 g; Bł.: 22.90 g; Sól: 3.37 g;	E: 1918.88 kcal; B: 33.13 g; T: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; W: 315.35 g; W tym cukry: 64.56 g; Bł.: 22.31 g; Sól: 2.73 g;	E: 1765.74 kcal; B: 76.07 g; T: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; W: 250.93 g; W tym cukry: 66.31 g; Bł.: 17.75 g; Sól: 6.17 g;	E: 2550.18 kcal; B: 115.55 g; T: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 379.46 g; W tym cukry: 76.62 g; Bł.: 30.57 g; Sól: 10.13 g;	E: 2439.42 kcal; B: 113.34 g; T: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 359.29 g; W tym cukry: 72.50 g; Bł.: 44.65 g; Sól: 9.70 g;	E: 2324.52 kcal; B: 86.85 g; T: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 314.05 g; W tym cukry: 78.68 g; Bł.: 24.37 g; Sól: 7.06 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Mandarynka 2 szt Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g
	II ŚN			Banan 150 g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-04 poniedziałek	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 150 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z ziołami 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g
	PN					
		E: 2171.94 kcal; B: 87.82 g; T: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; W: 351.83 g; W tym cukry: 97.29 g; Bł.: 31.89 g; Sól: 5.46 g;	E: 2412.53 kcal; B: 103.37 g; T: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; W: 381.10 g; W tym cukry: 93.79 g; Bł.: 18.16 g; Sól: 6.41 g;	E: 1738.52 kcal; B: 62.61 g; T: 39.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; W: 292.69 g; W tym cukry: 115.90 g; Bł.: 12.43 g; Sól: 3.96 g;	E: 2293.94 kcal; B: 76.91 g; T: 43.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; W: 411.45 g; W tym cukry: 128.33 g; Bł.: 18.87 g; Sól: 6.80 g;	E: 2013.45 kcal; B: 73.21 g; T: 38.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 355.95 g; W tym cukry: 104.21 g; Bł.: 18.78 g; Sól: 6.65 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g (MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryzowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 50 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-05 wtorek	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ,) Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)		
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u> ,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Połędwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (<u>SOJ</u> ,) Salata zielona 30 g
	PN					

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-05 wtorek	E: 2629.26 kcal; B: 91.88 g; T: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; W: 387.80 g; W tym cukry: 77.45 g; Bł.: 38.47 g; Sól: 8.32 g;	E: 2301.65 kcal; B: 87.33 g; T: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.63 g; W: 374.92 g; W tym cukry: 106.29 g; Bł.: 23.46 g; Sól: 7.38 g;	E: 1737.88 kcal; B: 63.96 g; T: 50.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; W: 264.13 g; W tym cukry: 83.17 g; Bł.: 18.32 g; Sól: 4.75 g;	E: 2557.71 kcal; B: 100.51 g; T: 69.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; W: 395.44 g; W tym cukry: 91.85 g; Bł.: 30.47 g; Sól: 8.77 g;	E: 2372.00 kcal; B: 97.07 g; T: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; W: 384.21 g; W tym cukry: 75.06 g; Bł.: 32.73 g; Sól: 8.77 g;	
2023-12-06 środa	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u> ,) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	
		Banan 150 g				
	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GLU</u> , <u>JĘCZ</u> ,) Sałatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Dyńia z wody 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ,) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-06 środa	PD		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u> .)	Niespodzianka 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE</u> .) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ, MLE</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g		
	PN						

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-06 środa	E: 2221.74 kcal; B: 71.17 g; T: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; W: 340.89 g; W tym cukry: 102.94 g; Bł.: 31.75 g; Sól: 8.53 g;	E: 2291.47 kcal; B: 109.20 g; T: 44.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; W: 371.06 g; W tym cukry: 80.88 g; Bł.: 18.00 g; Sól: 6.68 g;	E: 1539.95 kcal; B: 68.10 g; T: 39.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; W: 231.67 g; W tym cukry: 77.41 g; Bł.: 12.41 g; Sól: 3.41 g;	E: 2186.41 kcal; B: 98.10 g; T: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; W: 349.16 g; W tym cukry: 83.59 g; Bł.: 21.11 g; Sól: 6.39 g;	E: 2121.78 kcal; B: 96.00 g; T: 46.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.72 g; W: 338.66 g; W tym cukry: 88.64 g; Bł.: 21.01 g; Sól: 6.33 g;
2023-12-07 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałata zielona 30 g Gruszka 150 g	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>)	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 30 g	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la fromage z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>SOJ, GOR</u>)
II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-07 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z warzywami* 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.)	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-07 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 200 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)		
	PN						
		E: 2577.79 kcal; B: 94.47 g; T: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; W: 417.31 g; W tym cukry: 90.50 g; Bł.: 43.07 g; Sól: 4.66 g;	E: 2522.13 kcal; B: 92.17 g; T: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; W: 403.34 g; W tym cukry: 110.96 g; Bł.: 25.02 g; Sól: 6.09 g;	E: 1868.55 kcal; B: 72.31 g; T: 38.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 311.69 g; W tym cukry: 110.32 g; Bł.: 18.73 g; Sól: 3.82 g;	E: 2621.14 kcal; B: 106.74 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; W: 437.76 g; W tym cukry: 120.69 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 4.88 g;	E: 2316.80 kcal; B: 101.24 g; T: 47.76 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; W: 374.37 g; W tym cukry: 78.63 g; Bł.: 28.17 g; Sól: 5.15 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Mandarynka 2 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Mandarynka 2 szt			
	Obiad		Kalafiorowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (RYB, _) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-08 piątek	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.)	
	PN						
		E: 2490.13 kcal; B: 101.47 g; T: 81.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; W: 352.01 g; W tym cukry: 93.61 g; Bł.: 32.73 g; Sól: 7.67 g;	E: 2299.16 kcal; B: 102.23 g; T: 49.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; W: 371.55 g; W tym cukry: 108.23 g; Bł.: 22.77 g; Sól: 6.45 g;	E: 1665.12 kcal; B: 68.78 g; T: 44.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; W: 255.26 g; W tym cukry: 96.14 g; Bł.: 16.83 g; Sól: 3.06 g;	E: 2432.42 kcal; B: 106.34 g; T: 58.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; W: 382.72 g; W tym cukry: 106.47 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 6.30 g;	E: 2277.92 kcal; B: 102.14 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 352.67 g; W tym cukry: 94.37 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 6.14 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Miód 50 g</p> <p>Pasta z fasoli 50 g</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 30 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Banan 150 g</p>	
	II ŚN		Banan 150 g				
	Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ryż na sypko 180 g</p> <p>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Dynia z wody 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-09 sobota	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 75 g (<u>MLE</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u> .) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (<u>MLE, SEL</u> .) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u> .)
	PN					
		E: 2425.41 kcal; B: 76.24 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; W: 409.65 g; W tym cukry: 93.04 g; Bł.: 41.34 g; Sól: 9.27 g;	E: 2335.38 kcal; B: 96.95 g; T: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; W: 373.87 g; W tym cukry: 97.35 g; Bł.: 19.10 g; Sól: 8.28 g;	E: 1785.87 kcal; B: 60.83 g; T: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; W: 300.26 g; W tym cukry: 118.69 g; Bł.: 17.87 g; Sól: 4.11 g;	E: 2570.23 kcal; B: 91.59 g; T: 51.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; W: 450.31 g; W tym cukry: 133.50 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 8.25 g;	E: 2201.63 kcal; B: 85.78 g; T: 44.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.78 g; W: 378.74 g; W tym cukry: 87.17 g; Bł.: 29.11 g; Sól: 7.34 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE, _) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN				Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-12-10 niedziela	Kolejca	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus 100 g (<u>SEZ.</u>) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	
	PN						

2023-12-10 niedziela

SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
E: 2746.99 kcal; B: 93.46 g; T: 101.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; W: 378.16 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 8.86 g;	E: 2391.64 kcal; B: 90.43 g; T: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; W: 385.06 g; W tym cukry: 118.94 g; Bł.: 28.76 g; Sól: 6.71 g;	E: 1817.86 kcal; B: 77.45 g; T: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.20 g; W: 258.38 g; W tym cukry: 69.13 g; Bł.: 18.47 g; Sól: 4.76 g;	E: 2597.88 kcal; B: 111.88 g; T: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; W: 390.14 g; W tym cukry: 79.02 g; Bł.: 31.38 g; Sól: 9.34 g;	E: 2174.52 kcal; B: 102.25 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; W: 330.07 g; W tym cukry: 78.66 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 8.32 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

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 JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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