

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka graham-pszena 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Salatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Mandarynka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszena 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Salatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszena 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Salatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Salata zielona 20 g	
	II ŚN		Mandarynka 100 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)		Mandarynka 100 g	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)				
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEZC,)				
		E: 2631.13 kcal; B: 104.62 g; T: 93.04 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; W: 368.25 g; W tym cukry: 77.44 g; Bł.: 38.31 g; Sól: 11.41 g; WW: 33.02 Por; Ener. z B: 15.90 %; Ener. z W: 50.16 %; Ener. z T: 31.82 %; Ener. z Bł.: 2.91 %; K: 4269.24 mg;	E: 2909.33 kcal; B: 113.68 g; T: 98.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; W: 417.21 g; W tym cukry: 102.44 g; Bł.: 38.35 g; Sól: 11.63 g; WW: 37.92 Por; Ener. z B: 15.63 %; Ener. z W: 52.09 %; Ener. z T: 30.32 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 4553.17 mg;	E: 2832.53 kcal; B: 111.28 g; T: 97.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; W: 402.81 g; W tym cukry: 102.44 g; Bł.: 38.35 g; Sól: 11.63 g; WW: 36.48 Por; Ener. z B: 15.72 %; Ener. z W: 51.47 %; Ener. z T: 30.84 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 4553.17 mg;	E: 2679.86 kcal; B: 108.89 g; T: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; W: 426.05 g; W tym cukry: 102.22 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 9.44 g; WW: 39.33 Por; Ener. z B: 16.25 %; Ener. z W: 58.63 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4742.28 mg;	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	
PN		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-13 wtorek	E: 2543.03 kcal; B: 101.69 g; T: 79.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 371.94 g; W tym cukry: 80.97 g; Bł.: 36.61 g; Sól: 9.30 g; WW: 33.80 Por; Ener. z B: 15.99 %; Ener. z W: 52.74 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4312.93 mg;	E: 2679.53 kcal; B: 104.39 g; T: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 395.94 g; W tym cukry: 80.97 g; Bł.: 36.61 g; Sól: 9.49 g; WW: 36.20 Por; Ener. z B: 15.58 %; Ener. z W: 53.64 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4312.93 mg;	E: 2684.44 kcal; B: 104.68 g; T: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; W: 396.98 g; W tym cukry: 80.96 g; Bł.: 36.88 g; Sól: 9.48 g; WW: 36.29 Por; Ener. z B: 15.60 %; Ener. z W: 53.66 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4320.69 mg;	E: 2508.24 kcal; B: 110.27 g; T: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 397.06 g; W tym cukry: 85.62 g; Bł.: 27.88 g; Sól: 9.26 g; WW: 37.20 Por; Ener. z B: 17.59 %; Ener. z W: 58.87 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4296.17 mg;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)			
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)			
		E: 2320.93 kcal; B: 82.42 g; T: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; W: 401.16 g; W tym cukry: 108.87 g; Bł.: 28.83 g; Sól: 7.05 g; WW: 37.32 Por; Ener. z B: 14.20 %; Ener. z W: 64.17 %; Ener. z T: 19.59 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3179.86 mg;	E: 2453.43 kcal; B: 89.19 g; T: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; W: 416.68 g; W tym cukry: 112.10 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 7.59 g; WW: 38.87 Por; Ener. z B: 14.54 %; Ener. z W: 63.27 %; Ener. z T: 20.20 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3014.56 mg;	E: 2831.55 kcal; B: 111.55 g; T: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; W: 448.14 g; W tym cukry: 115.20 g; Bł.: 31.73 g; Sól: 7.25 g; WW: 41.76 Por; Ener. z B: 15.76 %; Ener. z W: 58.82 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3060.08 mg;	E: 2429.64 kcal; B: 87.82 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 423.85 g; W tym cukry: 114.72 g; Bł.: 22.68 g; Sól: 5.26 g; WW: 40.22 Por; Ener. z B: 14.46 %; Ener. z W: 66.05 %; Ener. z T: 17.94 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3236.29 mg;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	
	II ŚN		Melon 100 g		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
	E: 2427.63 kcal; B: 98.89 g; T: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; W: 380.36 g; W tym cukry: 90.61 g; Bł.: 35.43 g; Sól: 6.20 g; WW: 34.60 Por; Ener. z B: 16.29 %; Ener. z W: 56.83 %; Ener. z T: 23.05 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 4331.21 mg;	E: 2594.43 kcal; B: 106.69 g; T: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; W: 407.06 g; W tym cukry: 98.86 g; Bł.: 35.88 g; Sól: 6.38 g; WW: 37.24 Por; Ener. z B: 16.45 %; Ener. z W: 57.23 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4599.71 mg;	E: 2461.23 kcal; B: 105.24 g; T: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 404.60 g; W tym cukry: 101.88 g; Bł.: 23.41 g; Sól: 6.79 g; WW: 38.24 Por; Ener. z B: 17.10 %; Ener. z W: 61.95 %; Ener. z T: 18.29 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3690.30 mg;		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Banan 150 g			
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g			
		E: 2868.39 kcal; B: 122.87 g; T: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 423.36 g; W tym cukry: 112.02 g; Bł.: 36.46 g; Sól: 8.56 g; WW: 38.81 Por; Ener. z B: 17.13 %; Ener. z W: 53.95 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4854.27 mg;	E: 3069.79 kcal; B: 129.53 g; T: 86.97 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; W: 457.92 g; W tym cukry: 137.02 g; Bł.: 36.50 g; Sól: 8.79 g; WW: 42.28 Por; Ener. z B: 16.88 %; Ener. z W: 54.91 %; Ener. z T: 25.50 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 5138.20 mg;	E: 2984.05 kcal; B: 123.53 g; T: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; W: 488.70 g; W tym cukry: 139.33 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 7.93 g; WW: 46.04 Por; Ener. z B: 16.56 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 19.77 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5039.05 mg;	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE,) Ketchup 10 g (SEL,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE,) Ketchup 10 g (SEL,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (SEL,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,)				
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt					

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-12 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA SIEDLCE

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-17 sobota	E: 2391.19 kcal; B: 89.63 g; T: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; W: 362.97 g; W tym cukry: 96.44 g; Bł.: 40.04 g; Sól: 8.46 g; WW: 32.31 Por; Ener. z B: 14.99 %; Ener. z W: 54.02 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4025.02 mg;	E: 2539.19 kcal; B: 96.03 g; T: 73.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; W: 386.97 g; W tym cukry: 96.44 g; Bł.: 40.04 g; Sól: 8.66 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 15.13 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 26.00 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4025.02 mg;		E: 2463.60 kcal; B: 104.63 g; T: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 405.01 g; W tym cukry: 105.94 g; Bł.: 26.64 g; Sól: 7.42 g; WW: 37.91 Por; Ener. z B: 16.99 %; Ener. z W: 61.43 %; Ener. z T: 19.12 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4003.93 mg;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
		E: 2335.57 kcal; B: 110.20 g; T: 48.68 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; W: 378.95 g; W tym cukry: 99.80 g; Bł.: 36.76 g; Sól: 8.83 g; WW: 34.44 Por; Ener. z B: 18.87 %; Ener. z W: 58.60 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4513.23 mg;	E: 2646.17 kcal; B: 121.51 g; T: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; W: 418.42 g; W tym cukry: 117.60 g; Bł.: 36.76 g; Sól: 9.11 g; WW: 38.42 Por; Ener. z B: 18.37 %; Ener. z W: 57.69 %; Ener. z T: 20.99 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4795.23 mg;	E: 2675.57 kcal; B: 121.07 g; T: 61.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; W: 427.01 g; W tym cukry: 124.80 g; Bł.: 36.80 g; Sól: 9.06 g; WW: 39.26 Por; Ener. z B: 18.10 %; Ener. z W: 58.34 %; Ener. z T: 20.66 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4797.17 mg;	E: 2673.36 kcal; B: 111.57 g; T: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; W: 447.06 g; W tym cukry: 120.68 g; Bł.: 28.17 g; Sól: 7.38 g; WW: 42.24 Por; Ener. z B: 16.69 %; Ener. z W: 62.68 %; Ener. z T: 17.88 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 4358.86 mg;

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Maślanka 150 ml (MLE) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL) Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	II ŚN	Mandarynka 100 g			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL)
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL)
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		E: 2433.59 kcal; B: 106.42 g; T: 78.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; W: 346.49 g; W tym cukry: 46.29 g; Bł.: 48.82 g; Sól: 11.34 g; WW: 29.81 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 48.93 %; Ener. z T: 29.15 %; Ener. z Bł.: 4.01 %; K: 4742.56 mg;	E: 2417.80 kcal; B: 97.87 g; T: 80.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; W: 346.62 g; W tym cukry: 40.14 g; Bł.: 48.93 g; Sól: 11.22 g; WW: 29.79 Por; Ener. z B: 16.19 %; Ener. z W: 49.25 %; Ener. z T: 30.12 %; Ener. z Bł.: 4.05 %; K: 4598.65 mg;	E: 2447.77 kcal; B: 103.22 g; T: 66.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.01 g; W: 374.96 g; W tym cukry: 42.79 g; Bł.: 34.95 g; Sól: 10.50 g; WW: 34.04 Por; Ener. z B: 16.87 %; Ener. z W: 55.56 %; Ener. z T: 24.53 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 4302.86 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE ,) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ ,) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR ,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL ,) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE ,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL ,)
	PD	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ ,) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Baton szynkowy z kurczą 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Baton szynkowy z kurczą 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE ,)	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL ,)
PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x
2024-02-13 wtorek	E: 2258.14 kcal; B: 104.76 g; T: 62.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 311.38 g; W tym cukry: 41.86 g; Bł.: 43.83 g; Sól: 9.16 g; WW: 26.94 Por; Ener. z B: 18.56 %; Ener. z W: 47.39 %; Ener. z T: 24.83 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4819.42 mg;	E: 1925.08 kcal; B: 94.76 g; T: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; W: 296.65 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 47.83 g; Sól: 9.54 g; WW: 25.08 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 51.70 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 4.97 %; K: 4508.39 mg;	E: 2224.82 kcal; B: 108.88 g; T: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; W: 331.98 g; W tym cukry: 41.02 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 10.64 g; WW: 30.55 Por; Ener. z B: 19.58 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4024.83 mg;	E: 2092.42 kcal; B: 93.44 g; T: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; W: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Bł.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.15 Por; Ener. z B: 17.86 %; Ener. z W: 44.67 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5319.86 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
	II ŚN	Gruszka 1szt. 150 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Twarożek 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(*)-SIED 500 ml (SEL.)	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
			E: 2212.25 kcal; B: 89.55 g; T: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; W: 362.98 g; W tym cukry: 84.85 g; Bł.: 51.97 g; Sól: 9.36 g; WW: 31.03 Por; Ener. z B: 16.19 %; Ener. z W: 56.23 %; Ener. z T: 22.67 %; Ener. z Bł.: 4.70 %; K: 4064.08 mg;	E: 2254.66 kcal; B: 98.33 g; T: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.75 g; W: 349.97 g; W tym cukry: 53.74 g; Bł.: 56.34 g; Sól: 11.43 g; WW: 29.34 Por; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 52.09 %; Ener. z T: 25.72 %; Ener. z Bł.: 5.00 %; K: 3887.68 mg;	E: 2124.93 kcal; B: 85.78 g; T: 45.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; W: 357.52 g; W tym cukry: 71.96 g; Bł.: 22.86 g; Sól: 7.54 g; WW: 33.51 Por; Ener. z B: 16.15 %; Ener. z W: 63.00 %; Ener. z T: 19.10 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 2802.75 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Maślanka 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Maślanka 150 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)
	II ŚN	Melon 100 g			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)SIED 500 ml (SEL)
	PD	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 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 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	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) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Płynna kolacja *)-SIED 500 ml (SEL)
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		E: 2392.93 kcal; B: 106.56 g; T: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; W: 364.89 g; W tym cukry: 56.04 g; Bł.: 47.00 g; Sól: 6.13 g; WW: 31.92 Por; Ener. z B: 17.81 %; Ener. z W: 53.14 %; Ener. z T: 23.35 %; Ener. z Bł.: 3.93 %; K: 4839.19 mg;	E: 2283.04 kcal; B: 95.58 g; T: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.70 g; W: 355.29 g; W tym cukry: 40.65 g; Bł.: 48.24 g; Sól: 6.46 g; WW: 30.87 Por; Ener. z B: 16.75 %; Ener. z W: 53.80 %; Ener. z T: 23.13 %; Ener. z Bł.: 4.23 %; K: 4177.51 mg;	E: 2316.84 kcal; B: 111.02 g; T: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; W: 351.21 g; W tym cukry: 47.52 g; Bł.: 24.22 g; Sól: 8.67 g; WW: 32.75 Por; Ener. z B: 19.17 %; Ener. z W: 56.45 %; Ener. z T: 21.31 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3523.26 mg;	E: 2092.42 kcal; B: 92.54 g; T: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; W: 266.38 g; W tym cukry: 75.16 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.45 Por; Ener. z B: 17.69 %; Ener. z W: 45.16 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5288.36 mg;

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Hummus 25 g (SEZ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Hummus 25 g (SEZ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)</p>	<p>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE)</p>
	II ŚN	Mandarynka 100 g			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)
	Obiad	<p>Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Płynna obiad*(-)SIED 500 ml (SEL.)</p>
	PD	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml</p>
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Płynna kolacja *(-)SIED 500 ml (SEL.)</p>
PN	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g</p>	<p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	<p>E: 2330.48 kcal; B: 115.30 g; T: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; W: 312.20 g; W tym cukry: 49.36 g; Bł.: 44.72 g; Sól: 8.86 g; WW: 26.85 Por; Ener. z B: 19.79 %; Ener. z W: 45.91 %; Ener. z T: 30.27 %; Ener. z Bł.: 3.84 %; K: 4738.61 mg;</p>	<p>E: 2124.75 kcal; B: 95.42 g; T: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; W: 317.94 g; W tym cukry: 34.15 g; Bł.: 49.08 g; Sól: 10.50 g; WW: 26.96 Por; Ener. z B: 17.96 %; Ener. z W: 50.61 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 4322.00 mg;</p>	<p>E: 2330.48 kcal; B: 121.94 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; W: 334.33 g; W tym cukry: 49.74 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 10.52 g; WW: 30.50 Por; Ener. z B: 20.93 %; Ener. z W: 52.33 %; Ener. z T: 24.03 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4202.41 mg;</p>	<p>E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;</p>	

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ ,) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR ,) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE ,) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE ,)
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL ,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL ,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL ,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL ,)
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL ,) Salata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (MLE ,)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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 Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ ,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL ,)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 25 g Salata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x
2024-02-17 sobota	E: 2303.51 kcal; B: 98.77 g; T: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; W: 353.06 g; W tym cukry: 63.85 g; Bł.: 53.86 g; Sól: 8.92 g; WW: 29.92 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 51.96 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 4.68 %; K: 4541.67 mg;	E: 1958.29 kcal; B: 78.17 g; T: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; W: 331.86 g; W tym cukry: 48.43 g; Bł.: 53.99 g; Sól: 10.08 g; WW: 27.87 Por; Ener. z B: 15.97 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 5.51 %; K: 3838.28 mg;	E: 2262.46 kcal; B: 107.63 g; T: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 355.93 g; W tym cukry: 68.15 g; Bł.: 26.67 g; Sól: 8.84 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 19.03 %; Ener. z W: 58.21 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4032.32 mg;	E: 2101.36 kcal; B: 87.20 g; T: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; W: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; Ener. z B: 16.60 %; Ener. z W: 47.41 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 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 Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	
	III ŚN	Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL</u>)	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL</u>) Masło extra 82% 5 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 Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL</u>) Salata 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- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (<u>SEL</u>)	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
			E: 2143.37 kcal; B: 113.50 g; T: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; W: 322.82 g; W tym cukry: 47.23 g; Bł.: 48.35 g; Sól: 9.71 g; WW: 27.63 Por; Ener. z B: 21.18 %; Ener. z W: 51.22 %; Ener. z T: 22.35 %; Ener. z Bł.: 4.51 %; K: 4534.54 mg;	E: 2075.43 kcal; B: 103.24 g; T: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; W: 311.92 g; W tym cukry: 36.87 g; Bł.: 47.78 g; Sól: 9.29 g; WW: 26.49 Por; Ener. z B: 19.90 %; Ener. z W: 50.91 %; Ener. z T: 23.99 %; Ener. z Bł.: 4.60 %; K: 4331.59 mg;	E: 2205.35 kcal; B: 115.69 g; T: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 335.98 g; W tym cukry: 42.06 g; Bł.: 29.97 g; Sól: 8.67 g; WW: 30.85 Por; Ener. z B: 20.98 %; Ener. z W: 55.50 %; Ener. z T: 20.09 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 3893.26 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Mandarynka 100 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL.</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)
		E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2788.41 kcal; B: 106.85 g; T: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; W: 446.07 g; W tym cukry: 119.63 g; Bł.: 30.94 g; Sól: 8.95 g; WW: 41.51 Por; Ener. z B: 15.33 %; Ener. z W: 59.55 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4865.99 mg;	E: 2429.48 kcal; B: 88.48 g; T: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; W: 379.44 g; W tym cukry: 72.13 g; Bł.: 31.56 g; Sól: 8.38 g; WW: 34.77 Por; Ener. z B: 14.57 %; Ener. z W: 57.28 %; Ener. z T: 25.39 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 4290.71 mg;	E: 2477.81 kcal; B: 102.20 g; T: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; W: 391.34 g; W tym cukry: 77.12 g; Bł.: 33.14 g; Sól: 9.20 g; WW: 35.85 Por; Ener. z B: 16.50 %; Ener. z W: 57.82 %; Ener. z T: 24.14 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 4448.68 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</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.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Kalafor gotowany* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JEĆZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g		
	Obiad	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 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 ŻYT,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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 1 szt (<u>JAJ,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)	Dżem 25 g 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>) Dżem 25 g 1 szt	

	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-13 wtorek	E: 1993.49 kcal; B: 73.99 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Bł.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener. z B: 14.85 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4456.56 mg;	E: 2525.80 kcal; B: 112.87 g; T: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; W: 419.22 g; W tym cukry: 111.90 g; Bł.: 28.62 g; Sól: 9.26 g; WW: 39.04 Por; Ener. z B: 17.87 %; Ener. z W: 61.86 %; Ener. z T: 17.70 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4909.98 mg;	E: 1976.62 kcal; B: 91.89 g; T: 32.66 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; W: 342.05 g; W tym cukry: 79.96 g; Bł.: 27.34 g; Sól: 8.24 g; WW: 31.34 Por; Ener. z B: 18.59 %; Ener. z W: 63.69 %; Ener. z T: 14.87 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3991.84 mg;	E: 2336.53 kcal; B: 106.48 g; T: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 365.56 g; W tym cukry: 83.39 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 9.06 g; WW: 34.05 Por; Ener. z B: 18.23 %; Ener. z W: 57.84 %; Ener. z T: 21.38 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4135.68 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g	Platki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 25 g (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2448.89 kcal; B: 89.78 g; T: 48.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; W: 425.09 g; W tym cukry: 116.04 g; Bł.: 24.64 g; Sól: 5.86 g; WW: 40.02 Por; Ener. z B: 14.67 %; Ener. z W: 65.41 %; Ener. z T: 17.83 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3304.43 mg;	E: 2312.58 kcal; B: 80.69 g; T: 58.30 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; W: 387.39 g; W tym cukry: 86.62 g; Bł.: 35.16 g; Sól: 7.79 g; WW: 35.29 Por; Ener. z B: 13.96 %; Ener. z W: 60.93 %; Ener. z T: 22.69 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 3918.04 mg;	E: 2328.14 kcal; B: 81.62 g; T: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 414.97 g; W tym cukry: 111.17 g; Bł.: 22.23 g; Sól: 4.97 g; WW: 39.40 Por; Ener. z B: 14.02 %; Ener. z W: 67.48 %; Ener. z T: 16.99 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 3345.79 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 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>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		
		E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2679.73 kcal; B: 114.00 g; T: 52.80 g; Kw. tł. nasy.: 16.67 g; W: 445.11 g; W tym cukry: 132.70 g; Bł.: 25.89 g; Sól: 7.26 g; WW: 42.04 Por; Ener. z B: 17.02 %; Ener. z W: 62.58 %; Ener. z T: 17.73 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3850.25 mg;	E: 2341.72 kcal; B: 96.65 g; T: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 9.10 g; W: 399.29 g; W tym cukry: 111.79 g; Bł.: 25.25 g; Sól: 6.82 g; WW: 37.50 Por; Ener. z B: 16.51 %; Ener. z W: 63.89 %; Ener. z T: 16.67 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3206.90 mg;	E: 2281.57 kcal; B: 97.51 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; W: 374.46 g; W tym cukry: 93.73 g; Bł.: 22.97 g; Sól: 6.62 g; WW: 35.25 Por; Ener. z B: 17.10 %; Ener. z W: 61.62 %; Ener. z T: 18.49 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3360.25 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Banan 150 g
	III ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL,</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</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 1 szt (<u>JAJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL,</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Biszkopyt b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Biszkopyt b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g
		E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2992.17 kcal; B: 126.69 g; T: 76.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 462.90 g; W tym cukry: 119.33 g; Bł.: 32.64 g; Sól: 9.28 g; WW: 43.06 Por; Ener. z B: 16.94 %; Ener. z W: 57.52 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4801.35 mg;	E: 2316.51 kcal; B: 82.04 g; T: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; W: 393.16 g; W tym cukry: 79.49 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 8.14 g; WW: 36.08 Por; Ener. z B: 14.17 %; Ener. z W: 62.26 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.81 %; K: 3849.79 mg;	E: 2782.65 kcal; B: 116.87 g; T: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 454.14 g; W tym cukry: 114.33 g; Bł.: 30.04 g; Sól: 7.71 g; WW: 42.58 Por; Ener. z B: 16.80 %; Ener. z W: 60.96 %; Ener. z T: 19.90 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4755.11 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (<u>GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (<u>SEL,</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	

	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-17 sobota	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2458.28 kcal; B: 106.83 g; T: 52.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; W: 402.94 g; W tym cukry: 105.61 g; Bł.: 29.60 g; Sól: 7.76 g; WW: 37.28 Por; Ener. z B: 17.38 %; Ener. z W: 60.75 %; Ener. z T: 19.13 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 4028.97 mg;	E: 2339.96 kcal; B: 82.27 g; T: 38.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; W: 431.17 g; W tym cukry: 84.68 g; Bł.: 31.28 g; Sól: 8.16 g; WW: 39.99 Por; Ener. z B: 14.06 %; Ener. z W: 68.36 %; Ener. z T: 14.89 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3348.91 mg;	E: 2308.26 kcal; B: 97.48 g; T: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; W: 380.43 g; W tym cukry: 103.45 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 7.19 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 61.34 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3862.29 mg;

		SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	III ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c bml 200 ml	Banan 150 g		
	Obiad	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (<u>SEL,</u>)	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (<u>SEL,</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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 1 szt (<u>JAJ,</u>) Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	E: 1868.42 kcal; B: 73.95 g; T: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 252.53 g; W tym cukry: 55.79 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 1.50 g; WW: 22.04 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 47.70 %; Ener. z T: 33.16 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4455.16 mg;	E: 2767.09 kcal; B: 112.98 g; T: 66.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; W: 445.54 g; W tym cukry: 135.69 g; Bł.: 39.60 g; Sól: 8.56 g; WW: 40.68 Por; Ener. z B: 16.33 %; Ener. z W: 58.68 %; Ener. z T: 21.60 %; Ener. z Bł.: 2.86 %; K: 5166.73 mg;	E: 2400.57 kcal; B: 90.18 g; T: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; W: 395.38 g; W tym cukry: 95.17 g; Bł.: 38.99 g; Sól: 8.21 g; WW: 35.66 Por; Ener. z B: 15.03 %; Ener. z W: 59.39 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 3.25 %; K: 4487.09 mg;	E: 2346.91 kcal; B: 112.79 g; T: 45.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; W: 382.56 g; W tym cukry: 97.77 g; Bł.: 28.11 g; Sól: 6.93 g; WW: 35.77 Por; Ener. z B: 19.22 %; Ener. z W: 60.41 %; Ener. z T: 17.42 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4411.72 mg;	

	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa
Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Mandarynka 100 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Mandarynka 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynka 100 g
Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
Kolacja	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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	E: 2462.08 kcal; B: 97.67 g; T: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; W: 381.48 g; W tym cukry: 54.85 g; Bł.: 33.84 g; Sól: 9.55 g; WW: 34.80 Por; Ener. z B: 15.87 %; Ener. z W: 56.48 %; Ener. z T: 24.89 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4167.01 mg;	E: 2421.58 kcal; B: 105.76 g; T: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; W: 387.74 g; W tym cukry: 78.93 g; Bł.: 28.48 g; Sól: 7.08 g; WW: 35.95 Por; Ener. z B: 17.47 %; Ener. z W: 59.34 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4615.24 mg;	E: 2548.48 kcal; B: 108.86 g; T: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; W: 381.34 g; W tym cukry: 86.24 g; Bł.: 44.50 g; Sól: 10.59 g; WW: 33.73 Por; Ener. z B: 17.09 %; Ener. z W: 52.87 %; Ener. z T: 27.31 %; Ener. z Bł.: 3.49 %; K: 5027.44 mg;	E: 2769.86 kcal; B: 115.19 g; T: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 26.31 g; W: 435.35 g; W tym cukry: 108.52 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 9.68 g; WW: 40.23 Por; Ener. z B: 16.63 %; Ener. z W: 58.07 %; Ener. z T: 23.87 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 5042.28 mg;

2024-02-12, poniedziałek

	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</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 Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>
	II ŚN			<p>Kiwi 1 szt 1 szt</p>	<p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>
	Obiad	<p>Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD			<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)</p>	
Kolacja	<p>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 Szynek z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w oslonce niejadanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>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>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)</p>	<p>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 Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)</p>	
PN	<p>Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)</p>		<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>) Dżem 25 g 1 szt</p>	

	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa
2024-02-13 wtorek	E: 1877.20 kcal; B: 88.83 g; T: 31.18 g; Kw. tł. nasy.: 8.65 g; W: 322.27 g; W tym cukry: 57.37 g; Bł.: 25.34 g; Sól: 7.85 g; WW: 29.88 Por; Ener. z B: 18.93 %; Ener. z W: 63.27 %; Ener. z T: 14.95 %; Ener. z Bł.: 2.70 %; K: 3543.80 mg;	E: 2515.47 kcal; B: 125.23 g; T: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; W: 399.32 g; W tym cukry: 117.26 g; Bł.: 26.05 g; Sól: 7.30 g; WW: 37.41 Por; Ener. z B: 19.91 %; Ener. z W: 59.36 %; Ener. z T: 18.54 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 5383.64 mg;	E: 2345.11 kcal; B: 106.76 g; T: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; W: 347.88 g; W tym cukry: 56.37 g; Bł.: 42.80 g; Sól: 8.89 g; WW: 30.81 Por; Ener. z B: 18.21 %; Ener. z W: 52.04 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 3.65 %; K: 4797.32 mg;	E: 2563.03 kcal; B: 115.48 g; T: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 398.86 g; W tym cukry: 89.69 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 9.49 g; WW: 37.35 Por; Ener. z B: 18.02 %; Ener. z W: 57.92 %; Ener. z T: 21.61 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4435.68 mg;

	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 200 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	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 kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) Twarożek 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Twarożek 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
	E: 2247.69 kcal; B: 76.98 g; T: 52.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.66 g; W: 389.33 g; W tym cukry: 87.40 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 6.69 g; WW: 36.04 Por; Ener. z B: 13.70 %; Ener. z W: 63.82 %; Ener. z T: 20.82 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 3587.78 mg;	E: 2327.78 kcal; B: 83.35 g; T: 35.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; W: 432.71 g; W tym cukry: 111.89 g; Bł.: 20.60 g; Sól: 4.31 g; WW: 41.36 Por; Ener. z B: 14.32 %; Ener. z W: 70.82 %; Ener. z T: 13.61 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 3479.05 mg;	E: 2249.99 kcal; B: 88.68 g; T: 50.65 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; W: 382.77 g; W tym cukry: 101.46 g; Bł.: 49.82 g; Sól: 7.49 g; WW: 33.33 Por; Ener. z B: 15.77 %; Ener. z W: 59.19 %; Ener. z T: 20.26 %; Ener. z Bł.: 4.43 %; K: 4224.46 mg;	E: 2429.64 kcal; B: 87.82 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 423.85 g; W tym cukry: 114.72 g; Bł.: 22.68 g; Sól: 5.26 g; WW: 40.22 Por; Ener. z B: 14.46 %; Ener. z W: 66.05 %; Ener. z T: 17.94 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 3236.29 mg;	

		SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Melon 100 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% 5 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Melon 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	
	II ŚN				Melon 100 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Podpiomyki 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,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	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,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt
		E: 2303.56 kcal; B: 94.19 g; T: 41.68 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; W: 395.73 g; W tym cukry: 81.90 g; Bł.: 24.04 g; Sól: 7.02 g; WW: 37.26 Por; Ener. z B: 16.36 %; Ener. z W: 64.54 %; Ener. z T: 16.28 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3063.79 mg;	E: 2418.91 kcal; B: 100.24 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 11.41 g; W: 404.27 g; W tym cukry: 117.43 g; Bł.: 33.56 g; Sól: 6.14 g; WW: 37.11 Por; Ener. z B: 16.58 %; Ener. z W: 61.30 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.78 %; K: 4657.40 mg;	E: 2543.09 kcal; B: 111.98 g; T: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; W: 387.66 g; W tym cukry: 61.20 g; Bł.: 47.58 g; Sól: 6.21 g; WW: 34.12 Por; Ener. z B: 17.61 %; Ener. z W: 53.49 %; Ener. z T: 23.49 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4990.87 mg;	E: 2440.67 kcal; B: 109.60 g; T: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 390.66 g; W tym cukry: 92.48 g; Bł.: 23.42 g; Sól: 7.32 g; WW: 36.79 Por; Ener. z B: 17.96 %; Ener. z W: 60.19 %; Ener. z T: 18.99 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3628.75 mg;	

		SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) 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.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidur 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Mandarynka 100 g	Banan 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
		E: 2274.34 kcal; B: 81.86 g; T: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; W: 406.43 g; W tym cukry: 90.13 g; Bł.: 29.81 g; Sól: 7.41 g; WW: 37.79 Por; Ener. z B: 14.40 %; Ener. z W: 66.24 %; Ener. z T: 16.53 %; Ener. z Bł.: 2.62 %; K: 4062.14 mg;	E: 2666.22 kcal; B: 117.61 g; T: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; W: 436.64 g; W tym cukry: 98.21 g; Bł.: 28.32 g; Sól: 7.56 g; WW: 40.90 Por; Ener. z B: 17.64 %; Ener. z W: 61.26 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4556.18 mg;	E: 2726.09 kcal; B: 126.22 g; T: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; W: 404.15 g; W tym cukry: 94.92 g; Bł.: 42.59 g; Sól: 8.42 g; WW: 36.28 Por; Ener. z B: 18.52 %; Ener. z W: 53.05 %; Ener. z T: 25.10 %; Ener. z Bł.: 3.12 %; K: 5092.11 mg;	E: 2968.03 kcal; B: 128.08 g; T: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; W: 478.56 g; W tym cukry: 130.04 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 8.56 g; WW: 44.97 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 60.44 %; Ener. z T: 20.03 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 5039.05 mg;

		SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Piaśtowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Rzodkiew biała 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)		
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.z osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				

	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa
2024-02-17 sobota	E: 1996.73 kcal; B: 76.70 g; T: 40.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; W: 356.78 g; W tym cukry: 81.98 g; Bł.: 26.46 g; Sól: 8.12 g; WW: 33.13 Por; Ener. z B: 15.36 %; Ener. z W: 66.17 %; Ener. z T: 18.03 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3100.48 mg;	E: 2261.46 kcal; B: 101.33 g; T: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; W: 382.32 g; W tym cukry: 105.07 g; Bł.: 24.38 g; Sól: 6.28 g; WW: 35.90 Por; Ener. z B: 17.92 %; Ener. z W: 63.31 %; Ener. z T: 16.37 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4016.59 mg;	E: 2243.42 kcal; B: 91.24 g; T: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; W: 368.78 g; W tym cukry: 88.33 g; Bł.: 46.86 g; Sól: 7.12 g; WW: 32.27 Por; Ener. z B: 16.27 %; Ener. z W: 57.40 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 4376.75 mg;	E: 2658.31 kcal; B: 110.57 g; T: 56.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; W: 439.14 g; W tym cukry: 128.55 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 7.63 g; WW: 41.35 Por; Ener. z B: 16.64 %; Ener. z W: 62.08 %; Ener. z T: 19.00 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4155.89 mg;

		SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	III ŚN	Banan 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/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 Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)		
	E: 2181.14 kcal; B: 96.64 g; T: 41.39 g; Kw. tł. nasy.: 11.09 g; W: 366.82 g; W tym cukry: 82.14 g; Bł.: 27.50 g; Sól: 6.79 g; WW: 34.20 Por; Ener. z B: 17.72 %; Ener. z W: 62.23 %; Ener. z T: 17.08 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4006.34 mg;	E: 2299.46 kcal; B: 116.62 g; T: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; W: 384.30 g; W tym cukry: 99.29 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 6.01 g; WW: 36.19 Por; Ener. z B: 20.29 %; Ener. z W: 62.33 %; Ener. z T: 14.66 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4556.35 mg;	E: 2419.75 kcal; B: 117.11 g; T: 52.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; W: 387.77 g; W tym cukry: 108.46 g; Bł.: 43.94 g; Sól: 8.52 g; WW: 34.66 Por; Ener. z B: 19.36 %; Ener. z W: 56.84 %; Ener. z T: 19.63 %; Ener. z Bł.: 3.63 %; K: 5198.27 mg;	E: 2518.26 kcal; B: 119.88 g; T: 49.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; W: 408.38 g; W tym cukry: 115.47 g; Bł.: 28.07 g; Sól: 7.20 g; WW: 38.38 Por; Ener. z B: 19.04 %; Ener. z W: 60.41 %; Ener. z T: 17.78 %; Ener. z Bł.: 2.23 %; K: 4684.05 mg;	

	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ., MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 20 g
	II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Mandarynka 100 g			Mandarynka 100 g
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ., SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ., JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ., SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ., MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ., JAJ.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ., SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ., MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ., JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ., SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ., MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 90 g Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ., JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 40 ml (<u>GLU PSZ., SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Galaretką o smaku truskawkowym 150 g			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ., MLE, GOR.</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Miód (25g) 2 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ., MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 40 g (<u>SEL.</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ., JAJ., MLE., GLU JE CZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ., JAJ., MLE., GLU JE CZ.</u>) Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ., JAJ., MLE., GLU JE CZ.</u>)
	E: 2570.81 kcal; B: 92.79 g; T: 65.29 g; Kw. tł. nasy.: 12.96 g; W: 419.20 g; W tym cukry: 85.02 g; Bł.: 33.86 g; Sól: 8.93 g; WW: 38.58 Por; Ener. z B: 14.44 %; Ener. z W: 59.96 %; Ener. z T: 22.86 %; Ener. z Bł.: 2.63 %; K: 4168.87 mg;	E: 2424.74 kcal; B: 51.28 g; T: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; W: 413.71 g; W tym cukry: 95.32 g; Bł.: 25.39 g; Sól: 3.54 g; WW: 38.87 Por; Ener. z B: 8.46 %; Ener. z W: 64.06 %; Ener. z T: 25.78 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3624.55 mg;	E: 2402.82 kcal; B: 49.75 g; T: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; W: 412.67 g; W tym cukry: 95.23 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 3.62 g; WW: 38.77 Por; Ener. z B: 8.28 %; Ener. z W: 64.48 %; Ener. z T: 25.54 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3573.82 mg;	E: 1829.75 kcal; B: 73.48 g; T: 48.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; W: 289.41 g; W tym cukry: 106.74 g; Bł.: 19.96 g; Sól: 5.89 g; WW: 26.97 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 58.90 %; Ener. z T: 24.02 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3453.68 mg;	

		SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ.</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.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Kiwi 1 szt 1 szt
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 100 g Filet z indyka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 90 g Filet z indyka panierowany 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolacja	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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczą 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurczą 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Dżem 25 g 1 szt	

	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-13 wtorek	E: 2107.27 kcal; B: 96.69 g; T: 36.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.18 g; W: 360.27 g; W tym cukry: 66.59 g; Bł.: 26.43 g; Sól: 8.84 g; WW: 33.58 Por; Ener. z B: 18.35 %; Ener. z W: 63.37 %; Ener. z T: 15.63 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3618.06 mg;	E: 1980.35 kcal; B: 51.69 g; T: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; W: 342.40 g; W tym cukry: 75.12 g; Bł.: 19.08 g; Sól: 3.36 g; WW: 32.62 Por; Ener. z B: 10.44 %; Ener. z W: 65.31 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3206.09 mg;	E: 1811.40 kcal; B: 40.10 g; T: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 315.38 g; W tym cukry: 73.90 g; Bł.: 16.76 g; Sól: 2.99 g; WW: 30.15 Por; Ener. z B: 8.85 %; Ener. z W: 65.94 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2391.09 mg;	E: 1915.54 kcal; B: 83.60 g; T: 56.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; W: 275.20 g; W tym cukry: 73.01 g; Bł.: 19.53 g; Sól: 6.31 g; WW: 25.83 Por; Ener. z B: 17.46 %; Ener. z W: 53.39 %; Ener. z T: 26.69 %; Ener. z Bł.: 2.04 %; K: 2964.68 mg;

		SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-14 środa	Śniadanie	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Miód (25g) 1 szt Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	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 Szyńka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	
		E: 2329.32 kcal; B: 76.14 g; T: 52.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; W: 410.26 g; W tym cukry: 103.44 g; Bł.: 31.19 g; Sól: 6.75 g; WW: 38.06 Por; Ener. z B: 13.07 %; Ener. z W: 65.10 %; Ener. z T: 20.15 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3198.15 mg;	E: 1857.98 kcal; B: 35.47 g; T: 31.32 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; W: 365.01 g; W tym cukry: 93.73 g; Bł.: 13.24 g; Sól: 1.17 g; WW: 35.26 Por; Ener. z B: 7.64 %; Ener. z W: 75.73 %; Ener. z T: 15.17 %; Ener. z Bł.: 1.43 %; K: 2617.16 mg;	E: 2014.88 kcal; B: 30.92 g; T: 42.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; W: 383.82 g; W tym cukry: 93.28 g; Bł.: 13.24 g; Sól: 1.16 g; WW: 37.15 Por; Ener. z B: 6.14 %; Ener. z W: 73.57 %; Ener. z T: 18.97 %; Ener. z Bł.: 1.31 %; K: 2597.11 mg;	E: 2082.28 kcal; B: 87.28 g; T: 50.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 328.86 g; W tym cukry: 121.27 g; Bł.: 15.80 g; Sól: 4.46 g; WW: 31.40 Por; Ener. z B: 16.77 %; Ener. z W: 60.14 %; Ener. z T: 22.03 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 2570.74 mg;

		SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasztet z fasoli () 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g
	II ŚN	Melon 100 g			Melon 100 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 50 g (MLE.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	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.) Salata zielona 10 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
	Kolacja	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.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
		E: 2312.79 kcal; B: 93.31 g; T: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; W: 384.22 g; W tym cukry: 81.20 g; Bł.: 24.62 g; Sól: 7.66 g; WW: 36.06 Por; Ener. z B: 16.14 %; Ener. z W: 62.19 %; Ener. z T: 18.78 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3003.48 mg;	E: 1860.89 kcal; B: 45.01 g; T: 48.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; W: 311.21 g; W tym cukry: 75.03 g; Bł.: 12.87 g; Sól: 2.60 g; WW: 29.98 Por; Ener. z B: 9.68 %; Ener. z W: 64.13 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 2014.39 mg;	E: 1759.39 kcal; B: 39.89 g; T: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; W: 298.71 g; W tym cukry: 74.05 g; Bł.: 12.04 g; Sól: 2.50 g; WW: 28.80 Por; Ener. z B: 9.07 %; Ener. z W: 65.18 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 1882.84 mg;	E: 1706.10 kcal; B: 70.84 g; T: 37.34 g; Kw. tł. nasy.: 10.60 g; W: 278.00 g; W tym cukry: 88.96 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 3.96 g; WW: 25.62 Por; Ener. z B: 16.61 %; Ener. z W: 59.96 %; Ener. z T: 19.70 %; Ener. z Bł.: 2.61 %; K: 3286.19 mg;

	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Banan 150 g		Banan 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 50 g Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	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 1 szt (<u>JAJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN		Wafle ryżowe 30 g		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
		E: 2426.47 kcal; B: 81.91 g; T: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.78 g; W: 444.45 g; W tym cukry: 120.42 g; Bł.: 29.84 g; Sól: 7.47 g; WW: 41.60 Por; Ener. z B: 13.50 %; Ener. z W: 68.35 %; Ener. z T: 15.49 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4064.01 mg;	E: 1989.95 kcal; B: 48.44 g; T: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; W: 339.22 g; W tym cukry: 66.40 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 2.24 g; WW: 31.65 Por; Ener. z B: 9.74 %; Ener. z W: 63.56 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3385.69 mg;	E: 1884.85 kcal; B: 35.55 g; T: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; W: 333.91 g; W tym cukry: 65.46 g; Bł.: 22.88 g; Sól: 1.99 g; WW: 31.13 Por; Ener. z B: 7.54 %; Ener. z W: 66.01 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3222.68 mg;	E: 2224.63 kcal; B: 98.42 g; T: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; W: 331.62 g; W tym cukry: 128.20 g; Bł.: 18.84 g; Sól: 5.05 g; WW: 31.45 Por; Ener. z B: 17.70 %; Ener. z W: 56.24 %; Ener. z T: 24.10 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 3643.74 mg;

		SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Ketchup 10 g (SEL.) Roszponka 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociólek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 90 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
	Kolacja	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 kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.z osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				

	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-17 sobota	E: 2122.74 kcal; B: 79.29 g; T: 39.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.77 g; W: 385.00 g; W tym cukry: 81.71 g; Bł.: 26.08 g; Sól: 8.12 g; WW: 35.99 Por; Ener. z B: 14.94 %; Ener. z W: 67.63 %; Ener. z T: 16.94 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 3064.30 mg;	E: 1862.43 kcal; B: 41.18 g; T: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; W: 327.06 g; W tym cukry: 70.29 g; Bł.: 17.04 g; Sól: 3.24 g; WW: 31.03 Por; Ener. z B: 8.84 %; Ener. z W: 66.58 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 2617.85 mg;	E: 1800.34 kcal; B: 33.02 g; T: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 326.09 g; W tym cukry: 70.13 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 2.27 g; WW: 30.95 Por; Ener. z B: 7.34 %; Ener. z W: 68.70 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2584.28 mg;	E: 1818.42 kcal; B: 73.83 g; T: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; W: 259.90 g; W tym cukry: 82.71 g; Bł.: 17.78 g; Sól: 5.67 g; WW: 24.28 Por; Ener. z B: 16.24 %; Ener. z W: 53.26 %; Ener. z T: 28.11 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2980.77 mg;

		SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 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 Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 10 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadanej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II: ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g 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 zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Schab duszony 30 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 zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 20 g			Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (MLE.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g
	Kolacja	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 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		E: 2368.12 kcal; B: 102.40 g; T: 46.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.61 g; W: 396.79 g; W tym cukry: 82.41 g; Bł.: 29.53 g; Sól: 8.05 g; WW: 37.00 Por; Ener. z B: 17.30 %; Ener. z W: 62.03 %; Ener. z T: 17.73 %; Ener. z Bł.: 2.49 %; K: 4042.52 mg;	E: 2107.22 kcal; B: 60.02 g; T: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.30 g; W: 344.00 g; W tym cukry: 89.94 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 4.38 g; WW: 31.87 Por; Ener. z B: 11.39 %; Ener. z W: 60.25 %; Ener. z T: 24.86 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 3951.41 mg;	E: 2088.15 kcal; B: 56.00 g; T: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.26 g; W: 343.23 g; W tym cukry: 89.84 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 3.95 g; WW: 31.77 Por; Ener. z B: 10.73 %; Ener. z W: 60.67 %; Ener. z T: 25.06 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3893.16 mg;	E: 1841.37 kcal; B: 88.16 g; T: 33.77 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; W: 302.77 g; W tym cukry: 105.17 g; Bł.: 20.80 g; Sól: 4.39 g; WW: 28.44 Por; Ener. z B: 19.15 %; Ener. z W: 61.25 %; Ener. z T: 16.51 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3406.40 mg;

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Sałata zielona 20 g	Makaron bezglutenowy na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Mandarynka 100 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus 80 g (SEZ,) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR,) Mandarynka 100 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Mandarynka 100 g			
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR,) Kotlety z soczewicy () 300 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)			
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Ser żółty 25 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	E: 2920.03 kcal; B: 111.98 g; T: 96.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.40 g; W: 423.36 g; W tym cukry: 120.64 g; Bł.: 35.05 g; Sól: 10.85 g; WW: 38.83 Por; Ener. z B: 15.34 %; Ener. z W: 53.19 %; Ener. z T: 29.79 %; Ener. z Bł.: 2.40 %; K: 4689.67 mg;	E: 2613.43 kcal; B: 110.40 g; T: 81.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; W: 391.92 g; W tym cukry: 93.46 g; Bł.: 46.54 g; Sól: 10.46 g; WW: 34.56 Por; Ener. z B: 16.90 %; Ener. z W: 52.86 %; Ener. z T: 27.96 %; Ener. z Bł.: 3.56 %; K: 5063.21 mg;	E: 2381.46 kcal; B: 90.61 g; T: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; W: 338.14 g; W tym cukry: 65.20 g; Bł.: 25.79 g; Sól: 6.74 g; WW: 31.21 Por; Ener. z B: 15.22 %; Ener. z W: 52.46 %; Ener. z T: 29.85 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 4287.30 mg;	E: 3408.07 kcal; B: 110.67 g; T: 156.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; W: 413.79 g; W tym cukry: 83.44 g; Bł.: 48.87 g; Sól: 11.45 g; WW: 36.60 Por; Ener. z B: 12.99 %; Ener. z W: 42.83 %; Ener. z T: 41.24 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 4809.07 mg;	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 150 g		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g	50 g (GLU PSZ, JAJ.)		
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	

	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-13 wtorek	E: 2726.53 kcal; B: 106.99 g; T: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 402.44 g; W tym cukry: 80.57 g; Bł.: 30.01 g; Sól: 9.30 g; WW: 37.50 Por; Ener. z B: 15.70 %; Ener. z W: 54.64 %; Ener. z T: 27.08 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4145.93 mg;	E: 2551.15 kcal; B: 107.61 g; T: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; W: 397.98 g; W tym cukry: 104.22 g; Bł.: 43.50 g; Sól: 8.82 g; WW: 35.75 Por; Ener. z B: 16.87 %; Ener. z W: 55.58 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 5140.16 mg;	E: 2239.62 kcal; B: 84.81 g; T: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; W: 339.19 g; W tym cukry: 81.47 g; Bł.: 21.85 g; Sól: 5.44 g; WW: 31.96 Por; Ener. z B: 15.15 %; Ener. z W: 56.68 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4033.07 mg;	E: 2563.41 kcal; B: 96.20 g; T: 84.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; W: 367.49 g; W tym cukry: 80.92 g; Bł.: 45.05 g; Sól: 8.50 g; WW: 32.50 Por; Ener. z B: 15.01 %; Ener. z W: 50.31 %; Ener. z T: 29.58 %; Ener. z Bł.: 3.51 %; K: 3731.99 mg;

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-14 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany 80 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym 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 ZYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bulka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bulka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
	E: 2875.60 kcal; B: 115.79 g; T: 71.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; W: 455.71 g; W tym cukry: 135.61 g; Bł.: 23.13 g; Sól: 7.15 g; WW: 43.36 Por; Ener. z B: 16.11 %; Ener. z W: 60.17 %; Ener. z T: 22.33 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 2976.98 mg;	E: 2172.73 kcal; B: 81.80 g; T: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; W: 366.94 g; W tym cukry: 86.88 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 6.42 g; WW: 33.12 Por; Ener. z B: 15.06 %; Ener. z W: 60.85 %; Ener. z T: 21.22 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 3178.76 mg;	E: 2196.79 kcal; B: 64.56 g; T: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.06 g; W: 368.05 g; W tym cukry: 106.73 g; Bł.: 14.24 g; Sól: 4.08 g; WW: 35.48 Por; Ener. z B: 11.76 %; Ener. z W: 64.42 %; Ener. z T: 22.59 %; Ener. z Bł.: 1.30 %; K: 3007.62 mg;	E: 2351.93 kcal; B: 82.99 g; T: 50.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 407.81 g; W tym cukry: 108.55 g; Bł.: 28.14 g; Sól: 7.30 g; WW: 38.05 Por; Ener. z B: 14.11 %; Ener. z W: 64.57 %; Ener. z T: 19.35 %; Ener. z Bł.: 2.39 %; K: 3124.06 mg;	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 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 ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	
	II ŚN	Melon 100 g				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL,) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL,) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Leczo wegetariańskie z soczewicą 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		E: 2479.93 kcal; B: 103.54 g; T: 64.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; W: 381.46 g; W tym cukry: 98.06 g; Bł.: 31.68 g; Sól: 5.81 g; WW: 35.09 Por; Ener. z B: 16.70 %; Ener. z W: 56.42 %; Ener. z T: 23.42 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 4460.21 mg;	E: 2404.61 kcal; B: 102.10 g; T: 63.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; W: 371.84 g; W tym cukry: 89.16 g; Bł.: 36.78 g; Sól: 5.50 g; WW: 33.62 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 55.74 %; Ener. z T: 23.79 %; Ener. z Bł.: 3.06 %; K: 4658.04 mg;	E: 2345.07 kcal; B: 88.77 g; T: 68.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.99 g; W: 346.22 g; W tym cukry: 90.92 g; Bł.: 17.74 g; Sól: 3.27 g; WW: 32.90 Por; Ener. z B: 15.14 %; Ener. z W: 56.03 %; Ener. z T: 26.44 %; Ener. z Bł.: 1.51 %; K: 3376.65 mg;	E: 2337.91 kcal; B: 69.41 g; T: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; W: 372.74 g; W tym cukry: 101.70 g; Bł.: 37.66 g; Sól: 4.54 g; WW: 33.61 Por; Ener. z B: 11.88 %; Ener. z W: 57.33 %; Ener. z T: 26.80 %; Ener. z Bł.: 3.22 %; K: 4247.26 mg;	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Powidła śliwkowe 25 g Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (MLE,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Banan 150 g
	II ŚN	Banan 150 g			
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (JAJ, RYB,) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ,) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)		
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,) Wafle ryżowe 30 g	
	E: 3191.36 kcal; B: 138.65 g; T: 90.71 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; W: 467.57 g; W tym cukry: 136.63 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 8.72 g; WW: 43.87 Por; Ener. z B: 17.38 %; Ener. z W: 54.83 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 5071.11 mg;	E: 2775.41 kcal; B: 125.64 g; T: 75.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.70 g; W: 417.96 g; W tym cukry: 120.73 g; Bł.: 41.51 g; Sól: 8.14 g; WW: 37.77 Por; Ener. z B: 18.11 %; Ener. z W: 54.26 %; Ener. z T: 24.45 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 5461.38 mg;	E: 2621.38 kcal; B: 99.77 g; T: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; W: 390.80 g; W tym cukry: 103.60 g; Bł.: 22.57 g; Sól: 5.00 g; WW: 36.92 Por; Ener. z B: 15.22 %; Ener. z W: 56.19 %; Ener. z T: 26.27 %; Ener. z Bł.: 1.72 %; K: 4680.73 mg;	E: 2868.39 kcal; B: 122.87 g; T: 82.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 423.36 g; W tym cukry: 112.02 g; Bł.: 36.46 g; Sól: 8.56 g; WW: 38.81 Por; Ener. z B: 17.13 %; Ener. z W: 53.95 %; Ener. z T: 26.02 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4854.27 mg;	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.z. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (SEL,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE,) Ketchup 10 g (SEL,) Rządkiw biała 80 g Roszponka 20 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Rządkiw biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Hummus 80 g (SEZ,) Dżem 25 g 1 szt Rządkiw biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,)			
	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				

	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska
2024-02-17 sobota	E: 2576.78 kcal; B: 97.99 g; T: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; W: 394.93 g; W tym cukry: 95.74 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 8.45 g; WW: 36.88 Por; Ener. z B: 15.21 %; Ener. z W: 57.15 %; Ener. z T: 25.14 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3693.59 mg;	E: 2461.49 kcal; B: 96.31 g; T: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; W: 369.85 g; W tym cukry: 88.70 g; Bł.: 47.18 g; Sól: 8.02 g; WW: 32.31 Por; Ener. z B: 15.65 %; Ener. z W: 52.44 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4415.42 mg;	E: 2207.39 kcal; B: 70.00 g; T: 54.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 362.95 g; W tym cukry: 106.60 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 4.43 g; WW: 34.05 Por; Ener. z B: 12.68 %; Ener. z W: 61.60 %; Ener. z T: 22.38 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3702.75 mg;	E: 2960.59 kcal; B: 94.50 g; T: 112.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 397.09 g; W tym cukry: 105.63 g; Bł.: 54.53 g; Sól: 7.13 g; WW: 34.38 Por; Ener. z B: 12.77 %; Ener. z W: 46.28 %; Ener. z T: 34.27 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3943.16 mg;

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	III ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku czekoladowym 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 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)
		E: 2661.67 kcal; B: 122.29 g; T: 53.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 434.18 g; W tym cukry: 117.20 g; Bł.: 30.16 g; Sól: 9.01 g; WW: 40.65 Por; Ener. z B: 18.38 %; Ener. z W: 60.72 %; Ener. z T: 17.99 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4628.23 mg;	E: 2608.37 kcal; B: 121.89 g; T: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.53 g; W: 411.28 g; W tym cukry: 119.84 g; Bł.: 43.90 g; Sól: 8.50 g; WW: 37.02 Por; Ener. z B: 18.69 %; Ener. z W: 56.34 %; Ener. z T: 21.49 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 5201.70 mg;	E: 2337.27 kcal; B: 94.53 g; T: 55.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; W: 369.74 g; W tym cukry: 98.48 g; Bł.: 24.14 g; Sól: 5.41 g; WW: 34.76 Por; Ener. z B: 16.18 %; Ener. z W: 59.14 %; Ener. z T: 21.45 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 4186.00 mg;	E: 2422.16 kcal; B: 89.79 g; T: 59.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; W: 390.32 g; W tym cukry: 99.46 g; Bł.: 46.75 g; Sól: 8.39 g; WW: 34.57 Por; Ener. z B: 14.83 %; Ener. z W: 56.74 %; Ener. z T: 22.28 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3946.84 mg;	

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-12, poniedziałek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (<u>SOJ,</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE, SEL,</u>) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Mandarynka 100 g		
Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 90 g Pulpet wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 40 g (<u>SEL,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,</u>) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
	E: 2545.17 kcal; B: 111.26 g; T: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; W: 383.05 g; W tym cukry: 94.39 g; Bł.: 20.49 g; Sól: 7.49 g; WW: 36.28 Por; Ener. z B: 17.49 %; Ener. z W: 56.98 %; Ener. z T: 25.18 %; Ener. z Bł.: 1.61 %; K: 3712.25 mg;	E: 1769.78 kcal; B: 69.28 g; T: 43.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; W: 291.46 g; W tym cukry: 106.73 g; Bł.: 18.56 g; Sól: 4.70 g; WW: 27.34 Por; Ener. z B: 15.66 %; Ener. z W: 61.68 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3472.95 mg;	E: 2743.86 kcal; B: 108.29 g; T: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; W: 443.35 g; W tym cukry: 120.62 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 8.75 g; WW: 41.03 Por; Ener. z B: 15.79 %; Ener. z W: 59.79 %; Ener. z T: 23.02 %; Ener. z Bł.: 2.42 %; K: 4962.28 mg;	E: 2421.58 kcal; B: 105.76 g; T: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; W: 387.74 g; W tym cukry: 78.93 g; Bł.: 28.48 g; Sól: 7.08 g; WW: 35.95 Por; Ener. z B: 17.47 %; Ener. z W: 59.34 %; Ener. z T: 22.15 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4615.24 mg;	

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>
	II ŚN	Banan 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
	Obiad	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			
	Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)</p>
PN	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt</p>				

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-13 wtorek	E: 2525.49 kcal; B: 101.43 g; T: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; W: 427.66 g; W tym cukry: 101.31 g; Bł.: 26.90 g; Sól: 7.00 g; WW: 40.25 Por; Ener. z B: 16.06 %; Ener. z W: 63.47 %; Ener. z T: 18.21 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4312.80 mg;	E: 1801.55 kcal; B: 84.87 g; T: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; W: 268.21 g; W tym cukry: 78.28 g; Bł.: 17.72 g; Sól: 6.28 g; WW: 25.26 Por; Ener. z B: 18.84 %; Ener. z W: 55.62 %; Ener. z T: 23.28 %; Ener. z Bł.: 1.97 %; K: 2950.46 mg;	E: 2473.03 kcal; B: 109.18 g; T: 58.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 389.56 g; W tym cukry: 83.39 g; Bł.: 27.71 g; Sól: 9.25 g; WW: 36.45 Por; Ener. z B: 17.66 %; Ener. z W: 58.53 %; Ener. z T: 21.31 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 4135.68 mg;	E: 2650.92 kcal; B: 112.53 g; T: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; W: 404.79 g; W tym cukry: 113.50 g; Bł.: 28.41 g; Sól: 9.50 g; WW: 37.68 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 56.79 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4492.09 mg;

		SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Twarożek 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)				
		E: 2756.08 kcal; B: 111.07 g; T: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; W: 436.09 g; W tym cukry: 87.90 g; Bł.: 28.52 g; Sól: 5.47 g; WW: 40.86 Por; Ener. z B: 16.12 %; Ener. z W: 59.15 %; Ener. z T: 22.53 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3534.42 mg;	E: 1755.30 kcal; B: 68.02 g; T: 34.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.40 g; W: 303.05 g; W tym cukry: 100.77 g; Bł.: 15.30 g; Sól: 2.57 g; WW: 28.89 Por; Ener. z B: 15.50 %; Ener. z W: 65.57 %; Ener. z T: 17.49 %; Ener. z Bł.: 1.74 %; K: 2847.61 mg;	E: 2428.99 kcal; B: 87.80 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 423.70 g; W tym cukry: 114.61 g; Bł.: 22.64 g; Sól: 5.25 g; WW: 40.21 Por; Ener. z B: 14.46 %; Ener. z W: 66.04 %; Ener. z T: 17.94 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3226.62 mg;	E: 2326.83 kcal; B: 81.57 g; T: 43.94 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 414.68 g; W tym cukry: 110.96 g; Bł.: 22.16 g; Sól: 4.95 g; WW: 39.37 Por; Ener. z B: 14.02 %; Ener. z W: 67.48 %; Ener. z T: 17.00 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3326.45 mg;	

		SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Melon 100 g			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron 180 g (GLU PSZ,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
			E: 2471.23 kcal; B: 103.56 g; T: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 378.10 g; W tym cukry: 85.32 g; Bł.: 25.90 g; Sól: 8.63 g; WW: 35.20 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 57.01 %; Ener. z T: 23.83 %; Ener. z Bł.: 2.10 %; K: 3030.84 mg;	E: 1474.69 kcal; B: 66.90 g; T: 30.53 g; Kw. tł. nasy.: 9.54 g; W: 237.45 g; W tym cukry: 94.23 g; Bł.: 13.96 g; Sól: 3.56 g; WW: 22.42 Por; Ener. z B: 18.15 %; Ener. z W: 60.62 %; Ener. z T: 18.63 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 2819.06 mg;	E: 2131.17 kcal; B: 96.59 g; T: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; W: 332.90 g; W tym cukry: 101.38 g; Bł.: 20.21 g; Sól: 5.21 g; WW: 31.38 Por; Ener. z B: 18.13 %; Ener. z W: 58.69 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3572.75 mg;	E: 2456.32 kcal; B: 95.40 g; T: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; W: 408.22 g; W tym cukry: 120.19 g; Bł.: 37.36 g; Sól: 7.39 g; WW: 37.14 Por; Ener. z B: 15.54 %; Ener. z W: 60.39 %; Ener. z T: 20.76 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4081.62 mg;

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek wiejski lekki 3% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g
	E: 2740.77 kcal; B: 124.14 g; T: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; W: 426.33 g; W tym cukry: 104.50 g; Bł.: 25.69 g; Sól: 7.43 g; WW: 40.06 Por; Ener. z B: 18.12 %; Ener. z W: 58.47 %; Ener. z T: 21.37 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4097.72 mg;	E: 2125.27 kcal; B: 90.21 g; T: 44.01 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; W: 350.29 g; W tym cukry: 128.76 g; Bł.: 18.17 g; Sól: 4.47 g; WW: 33.42 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 62.51 %; Ener. z T: 18.64 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3626.70 mg;	E: 2984.05 kcal; B: 123.53 g; T: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; W: 488.70 g; W tym cukry: 139.33 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 7.93 g; WW: 46.04 Por; Ener. z B: 16.56 %; Ener. z W: 61.48 %; Ener. z T: 19.77 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5039.05 mg;	E: 2756.12 kcal; B: 118.95 g; T: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 436.13 g; W tym cukry: 99.32 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 6.87 g; WW: 40.64 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 58.88 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4495.08 mg;	

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	
	PD	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)		
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (<u>SOJ,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				

	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-02-17 sobota	E: 2278.18 kcal; B: 87.35 g; T: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; W: 385.95 g; W tym cukry: 87.54 g; Bł.: 26.54 g; Sól: 7.33 g; WW: 36.05 Por; Ener. z B: 15.34 %; Ener. z W: 63.10 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3086.45 mg;	E: 1611.93 kcal; B: 69.95 g; T: 33.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; W: 264.25 g; W tym cukry: 89.44 g; Bł.: 16.18 g; Sól: 4.42 g; WW: 24.90 Por; Ener. z B: 17.36 %; Ener. z W: 61.56 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2869.94 mg;	E: 2456.91 kcal; B: 103.90 g; T: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; W: 404.58 g; W tym cukry: 103.55 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 7.40 g; WW: 37.88 Por; Ener. z B: 16.92 %; Ener. z W: 61.55 %; Ener. z T: 19.09 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3871.96 mg;	E: 2308.26 kcal; B: 97.48 g; T: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; W: 380.43 g; W tym cukry: 103.45 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 7.19 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 61.34 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3862.29 mg;

		SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-02-18 niedziela	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	III ŚN	Banan 150 g				
	Obiad	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 90 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			
	E: 2556.27 kcal; B: 114.88 g; T: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; W: 406.34 g; W tym cukry: 124.77 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 6.78 g; WW: 38.22 Por; Ener. z B: 17.98 %; Ener. z W: 59.53 %; Ener. z T: 20.44 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 4495.54 mg;	E: 1838.27 kcal; B: 84.00 g; T: 34.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.35 g; W: 304.11 g; W tym cukry: 103.39 g; Bł.: 18.65 g; Sól: 4.30 g; WW: 28.83 Por; Ener. z B: 18.28 %; Ener. z W: 62.12 %; Ener. z T: 16.72 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3261.95 mg;	E: 2668.92 kcal; B: 114.43 g; T: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; W: 440.99 g; W tym cukry: 115.95 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 7.45 g; WW: 41.58 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 61.80 %; Ener. z T: 18.26 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 4562.21 mg;	E: 2299.46 kcal; B: 116.62 g; T: 37.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; W: 384.30 g; W tym cukry: 99.29 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 6.01 g; WW: 36.19 Por; Ener. z B: 20.29 %; Ener. z W: 62.33 %; Ener. z T: 14.66 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4556.35 mg;		

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

B - Białko ogółemwg 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,