

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna				
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie II ŚN	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 2 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g</p>	<p>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.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 70 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 30 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kalafior gotowany* 70 g Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Mandarynka 2 szt</p>	<p>Jabłko 150 g</p>	<p>Jabłko pieczone 150 g</p>	
		Obiad	<p>Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* b/ml 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* b/ml 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>			

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-27 poniedziałek	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku waniliowym 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 extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Pomidor b/skórki 70 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 70 g	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	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.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g				
		E: 2293.53 kcal; B: 81.11 g; T: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; W: 344.10 g; W tym cukry: 70.49 g; Bł.: 36.89 g; Sól: 7.91 g;	E: 2633.53 kcal; B: 91.98 g; T: 87.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; W: 392.16 g; W tym cukry: 95.49 g; Bł.: 36.93 g; Sól: 8.14 g;	E: 2680.34 kcal; B: 94.39 g; T: 87.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.77 g; W: 398.77 g; W tym cukry: 95.43 g; Bł.: 30.21 g; Sól: 7.95 g;	E: 2573.11 kcal; B: 84.37 g; T: 60.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; W: 444.90 g; W tym cukry: 109.55 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 9.65 g;	E: 2142.33 kcal; B: 93.90 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; W: 322.05 g; W tym cukry: 43.43 g; Bł.: 43.45 g; Sól: 9.05 g;	E: 2214.98 kcal; B: 88.30 g; T: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; W: 336.66 g; W tym cukry: 45.96 g; Bł.: 48.56 g; Sól: 10.48 g;	E: 2201.45 kcal; B: 90.67 g; T: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 339.00 g; W tym cukry: 36.62 g; Bł.: 26.96 g; Sól: 9.77 g;	E: 2359.83 kcal; B: 90.27 g; T: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; W: 383.05 g; W tym cukry: 101.95 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 8.68 g;	E: 1978.55 kcal; B: 74.16 g; T: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 327.40 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.15 g;	E: 2117.34 kcal; B: 79.29 g; T: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; W: 351.09 g; W tym cukry: 66.98 g; Bł.: 32.64 g; Sól: 8.01 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,)</u> 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> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,)</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,)</u> Papryka świeża 70 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<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 extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Dyńia z wody 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (<u>MLE,)</u> Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,)</u>	
		II ŚN	Banan 150 g			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
2023-11-28 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ,)</u> Cwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, SO2,)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Karczek pieczony 100 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos meksykański 80 g (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza 180 g (<u>GLU PSZ,)</u> Cwikła z chrzanem () 200 g (<u>MLE, SO2,)</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Klopsik wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ,)</u> Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR</u> .) Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)		
2023-11-28 wtorek Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (<u>SEL</u> .) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Salata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL</u> .)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Salata zielona 30 g
PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-28 wtorek	E: 2406.25 kcal; B: 100.85 g; T: 73.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; W: 352.69 g; W tym cukry: 88.69 g; Bł.: 36.36 g; Sól: 8.71 g;	E: 2666.67 kcal; B: 109.05 g; T: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; W: 397.47 g; W tym cukry: 105.42 g; Bł.: 36.81 g; Sól: 9.11 g;	E: 2699.13 kcal; B: 115.96 g; T: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; W: 410.63 g; W tym cukry: 113.26 g; Bł.: 28.86 g; Sól: 8.72 g;	E: 2554.79 kcal; B: 118.17 g; T: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; W: 396.67 g; W tym cukry: 102.39 g; Bł.: 27.83 g; Sól: 8.09 g;	E: 2292.36 kcal; B: 108.42 g; T: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; W: 338.63 g; W tym cukry: 54.74 g; Bł.: 50.10 g; Sól: 9.90 g;	E: 2188.39 kcal; B: 102.07 g; T: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; W: 320.91 g; W tym cukry: 44.21 g; Bł.: 50.06 g; Sól: 10.91 g;	E: 2363.39 kcal; B: 110.31 g; T: 65.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; W: 348.26 g; W tym cukry: 41.70 g; Bł.: 31.64 g; Sól: 9.64 g;	E: 2357.48 kcal; B: 94.57 g; T: 52.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; W: 390.10 g; W tym cukry: 111.90 g; Bł.: 30.89 g; Sól: 7.32 g;	E: 2310.00 kcal; B: 105.69 g; T: 54.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; W: 361.90 g; W tym cukry: 94.90 g; Bł.: 28.29 g; Sól: 7.15 g;	E: 2113.90 kcal; B: 93.27 g; T: 50.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; W: 336.09 g; W tym cukry: 80.60 g; Bł.: 27.86 g; Sól: 8.02 g;
2023-11-29 środa	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g Pomidor 35 g Ogórek kiszony 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g Ogórek kiszony 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Kalafior gotowany* 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g
II ŚN				Gruszka 150 g			Jabłko pieczone 150 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-29 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE, _</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, _</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Sałata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalnej 20 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE, _</u>)			

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałata zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałata zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałata zielona 20 g Szynkowa drobiowa-produkt rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Banan 150 g
	II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Naleśniki ruskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka z marchwi i jabłka () 200 g (MLE.)	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryz brązowy) 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryz brązowy) 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Ryż na sypko 180 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-30 czwartek	PD		Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, .</u>) Mus z jabłek () z/c 200 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, .</u>) 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, .</u>) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, .</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, .</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, .</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</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 extra 82% 10 g (<u>MLE, .</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 150 g (<u>MLE, .</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (<u>SEL, .</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>)	Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Leczo z drobiem-dieta () 300 g		
	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, .</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, .</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, .</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, .</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, .</u>)				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
23-11-30 czwartek	E: 2359.17 kcal; B: 86.13 g; T: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.67 g; W: 374.06 g; W tym cukry: 96.08 g; Bł.: 39.37 g; Sól: 7.58 g;	E: 2669.87 kcal; B: 89.71 g; T: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; W: 440.96 g; W tym cukry: 116.11 g; Bł.: 45.36 g; Sól: 7.82 g;	E: 3384.49 kcal; B: 102.21 g; T: 94.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; W: 553.27 g; W tym cukry: 131.45 g; Bł.: 48.05 g; Sól: 7.60 g;	E: 2809.66 kcal; B: 100.10 g; T: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; W: 465.58 g; W tym cukry: 111.42 g; Bł.: 40.38 g; Sól: 6.15 g;	E: 2257.30 kcal; B: 93.21 g; T: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; W: 363.66 g; W tym cukry: 45.72 g; Bł.: 53.51 g; Sól: 8.82 g;	E: 1995.05 kcal; B: 87.22 g; T: 54.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.69 g; W: 315.82 g; W tym cukry: 40.61 g; Bł.: 53.46 g; Sól: 7.89 g;	E: 2322.24 kcal; B: 101.01 g; T: 51.57 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; W: 381.09 g; W tym cukry: 41.90 g; Bł.: 37.72 g; Sól: 9.34 g;	E: 2623.75 kcal; B: 106.81 g; T: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 434.52 g; W tym cukry: 124.63 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 7.11 g;	E: 2251.07 kcal; B: 93.70 g; T: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; W: 386.79 g; W tym cukry: 94.62 g; Bł.: 35.93 g; Sól: 7.11 g;	E: 1980.34 kcal; B: 79.12 g; T: 38.62 g; Kw. tł. nasy.: 7.28 g; W: 344.52 g; W tym cukry: 80.65 g; Bł.: 32.37 g; Sól: 6.12 g;	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Rzepa biała 50 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 2 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE,) Rzepa biała 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE,) Rzepa biała 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE,) Rzepa biała 70 g	Masłanka 150 ml (MLE,) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Rzepa biała 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,) Rzepa biała 70 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Masłanka 150 ml (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 extra 82% 10 g (MLE,) Twarożek 100 g (MLE,) Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Dynia z wody 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ,) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g
II ŚN				Mandarynka 2 szt		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-01 piątek	Obiad	Szpiniakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Wielowarzywna z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpiniakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biskopki b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, 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>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 70 g Serek homo naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 70 g Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-01 piątek	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			
		E: 2512.09 kcal; B: 98.74 g; T: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; W: 371.00 g; W tym cukry: 101.47 g; Bł.: 36.14 g; Sól: 6.99 g;	E: 2781.22 kcal; B: 101.22 g; T: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; W: 430.93 g; W tym cukry: 131.76 g; Bł.: 36.17 g; Sól: 7.04 g;	E: 2691.85 kcal; B: 112.67 g; T: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; W: 391.04 g; W tym cukry: 113.58 g; Bł.: 34.02 g; Sól: 6.61 g;	E: 2520.64 kcal; B: 114.09 g; T: 64.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; W: 385.24 g; W tym cukry: 109.25 g; Bł.: 31.81 g; Sól: 7.32 g;	E: 2329.47 kcal; B: 112.86 g; T: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; W: 335.72 g; W tym cukry: 52.22 g; Bł.: 49.82 g; Sól: 8.01 g;	E: 2111.48 kcal; B: 91.37 g; T: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.67 g; W: 321.68 g; W tym cukry: 39.08 g; Bł.: 49.76 g; Sól: 8.92 g;	E: 2568.51 kcal; B: 117.55 g; T: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 383.70 g; W tym cukry: 48.33 g; Bł.: 33.09 g; Sól: 10.01 g;	E: 2526.11 kcal; B: 96.09 g; T: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; W: 417.93 g; W tym cukry: 118.65 g; Bł.: 33.88 g; Sól: 8.24 g;	E: 2345.14 kcal; B: 101.79 g; T: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 362.28 g; W tym cukry: 94.29 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 7.21 g;	E: 2215.86 kcal; B: 81.67 g; T: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; W: 359.58 g; W tym cukry: 71.39 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 8.68 g;
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 70 g (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JE CZ.) 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 Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g
	II ŚN				Gruszka 150 g			Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-02 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		PD	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 70 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Buraczki gotowane () 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-02 sobota	PN					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 25 g (SOJ, SEL.)	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 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)			
		E: 2406.43 kcal; B: 77.96 g; T: 96.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.69 g; W: 320.34 g; W tym cukry: 60.50 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 13.11 g;	E: 2769.83 kcal; B: 86.19 g; T: 109.66 g; Kw. tł. nasy.: 44.78 g; W: 372.90 g; W tym cukry: 85.50 g; Bł.: 34.82 g; Sól: 13.48 g;	E: 2882.57 kcal; B: 101.32 g; T: 104.30 g; Kw. tł. nasy.: 42.48 g; W: 396.91 g; W tym cukry: 94.55 g; Bł.: 31.88 g; Sól: 11.20 g;	E: 2556.94 kcal; B: 90.18 g; T: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 409.59 g; W tym cukry: 87.57 g; Bł.: 33.32 g; Sól: 10.85 g;	E: 2289.70 kcal; B: 94.75 g; T: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; W: 343.17 g; W tym cukry: 48.65 g; Bł.: 51.51 g; Sól: 10.17 g;	E: 2015.65 kcal; B: 83.30 g; T: 57.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; W: 314.24 g; W tym cukry: 40.41 g; Bł.: 48.38 g; Sól: 10.58 g;	E: 2224.11 kcal; B: 91.96 g; T: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 339.43 g; W tym cukry: 43.04 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 10.39 g;	E: 2354.69 kcal; B: 93.63 g; T: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 376.21 g; W tym cukry: 108.62 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 9.28 g;	E: 2108.10 kcal; B: 84.39 g; T: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 336.25 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 8.64 g;	E: 1932.41 kcal; B: 74.69 g; T: 46.64 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; W: 316.83 g; W tym cukry: 67.07 g; Bł.: 26.89 g; Sól: 8.28 g;
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 70 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN			Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g			

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-03 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 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 kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml			Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.)	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		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 20 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 20 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 20 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-03 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 70 g (GLU PSZ, SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Pomidor 70 g
		PN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)			
	E: 2357.78 kcal; B: 117.76 g; T: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; W: 304.12 g; W tym cukry: 67.22 g; Bł.: 32.79 g; Sól: 8.90 g;	E: 2667.28 kcal; B: 128.66 g; T: 90.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; W: 349.42 g; W tym cukry: 75.47 g; Bł.: 34.39 g; Sól: 9.54 g;	E: 2687.22 kcal; B: 131.11 g; T: 90.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; W: 350.51 g; W tym cukry: 74.80 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 9.01 g;	E: 2470.91 kcal; B: 101.83 g; T: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; W: 408.17 g; W tym cukry: 95.75 g; Bł.: 32.24 g; Sól: 8.66 g;	E: 2394.36 kcal; B: 131.63 g; T: 86.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.24 g; W: 296.68 g; W tym cukry: 30.41 g; Bł.: 46.32 g; Sól: 11.04 g;	E: 2241.60 kcal; B: 115.42 g; T: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; W: 291.89 g; W tym cukry: 30.61 g; Bł.: 47.67 g; Sól: 10.25 g;	E: 2421.98 kcal; B: 123.62 g; T: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; W: 317.11 g; W tym cukry: 25.02 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 11.27 g;	E: 2342.10 kcal; B: 93.79 g; T: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; W: 369.42 g; W tym cukry: 98.53 g; Bł.: 37.13 g; Sól: 9.49 g;	E: 2314.38 kcal; B: 113.14 g; T: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.98 g; W: 316.52 g; W tym cukry: 74.96 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 8.15 g;	E: 2175.14 kcal; B: 102.07 g; T: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.53 g; W: 305.06 g; W tym cukry: 62.68 g; Bł.: 23.84 g; Sól: 7.68 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne 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, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _)	Platki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Mandarynka 2 szt Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN	Mandarynka 2 szt	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g			Jabłko 150 g	Mandarynka 2 szt		
2023-11-27 poniedziałek	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _)	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-27 poniedziałek	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczątką 20 g Sałata zielona 20 g			Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u> , <u>_</u>)	
	Kolacja	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 75 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g
	PN										
		E: 1937.06 kcal; B: 79.69 g; T: 33.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; W: 342.00 g; W tym cukry: 79.66 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 7.78 g;	E: 2108.32 kcal; B: 80.06 g; T: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; W: 344.57 g; W tym cukry: 92.35 g; Bł.: 37.79 g; Sól: 7.69 g;	E: 2304.72 kcal; B: 83.80 g; T: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 384.91 g; W tym cukry: 93.63 g; Bł.: 25.60 g; Sól: 7.70 g;	E: 2433.79 kcal; B: 91.93 g; T: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; W: 398.79 g; W tym cukry: 62.82 g; Bł.: 34.66 g; Sól: 9.89 g;	E: 1923.30 kcal; B: 40.66 g; T: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; W: 311.95 g; W tym cukry: 62.48 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 2.39 g;	E: 1860.35 kcal; B: 31.25 g; T: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; W: 318.87 g; W tym cukry: 62.64 g; Bł.: 15.26 g; Sól: 1.85 g;	E: 1733.90 kcal; B: 54.76 g; T: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; W: 282.08 g; W tym cukry: 72.81 g; Bł.: 17.89 g; Sól: 5.03 g;	E: 2575.34 kcal; B: 84.65 g; T: 59.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 440.00 g; W tym cukry: 96.73 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 9.56 g;	E: 2338.24 kcal; B: 87.55 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; W: 362.20 g; W tym cukry: 92.54 g; Bł.: 38.02 g; Sól: 7.61 g;	E: 2122.37 kcal; B: 58.42 g; T: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 325.62 g; W tym cukry: 73.42 g; Bł.: 19.04 g; Sól: 3.50 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 70 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 ZYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Banan 150 g Papryka świeża 70 g
		II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g					
2023-11-28 wtorek	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczkki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g					

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-28 wtorek	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .)			Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> .) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> .) Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> .) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 30 g	Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> .) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> .) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 30 g Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> .) Ogórek kiszony 70 g
	PN										

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-28 wtorek		E: 2194.71 kcal; B: 106.10 g; T: 36.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; W: 374.79 g; W tym cukry: 111.99 g; Bł.: 26.64 g; Sól: 5.67 g;	E: 2250.39 kcal; B: 109.08 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; W: 344.61 g; W tym cukry: 88.59 g; Bł.: 43.04 g; Sól: 8.15 g;	E: 2536.50 kcal; B: 113.79 g; T: 60.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; W: 398.20 g; W tym cukry: 103.15 g; Bł.: 28.74 g; Sól: 7.52 g;	E: 2381.52 kcal; B: 101.02 g; T: 50.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; W: 392.63 g; W tym cukry: 107.70 g; Bł.: 25.22 g; Sól: 9.22 g;	E: 2030.79 kcal; B: 54.82 g; T: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; W: 327.93 g; W tym cukry: 86.22 g; Bł.: 18.39 g; Sól: 4.06 g;	E: 1942.39 kcal; B: 39.53 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; W: 327.16 g; W tym cukry: 86.01 g; Bł.: 18.39 g; Sól: 2.69 g;	E: 1801.03 kcal; B: 81.33 g; T: 47.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; W: 271.77 g; W tym cukry: 95.02 g; Bł.: 19.22 g; Sól: 4.55 g;	E: 2549.19 kcal; B: 114.21 g; T: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; W: 400.69 g; W tym cukry: 104.93 g; Bł.: 29.52 g; Sól: 7.52 g;	E: 2318.13 kcal; B: 109.51 g; T: 57.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 360.23 g; W tym cukry: 103.75 g; Bł.: 42.30 g; Sól: 9.33 g;	E: 2279.96 kcal; B: 88.10 g; T: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; W: 344.61 g; W tym cukry: 94.73 g; Bł.: 19.55 g; Sól: 4.79 g;
2023-11-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 50 g Pomidor 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g Pomidor 70 g
II ŚN			Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Gruszka 1szt. 150 g	Gruszka 150 g		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-29 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Ziemniaki () 180 g Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 80 ml (<u>MLE, _</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (<u>MLE, S02, _</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (<u>MLE, _</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE, _</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE, _</u>)			

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałata zielona 30 g Szynka drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)
	II ŚN		Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 30 g		Banan 150 g			Banan 150 g		
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki ruskie () 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki ruskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sytko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-30 czwartek	PD		Mus z jabłek () z/c 200 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ. SOJ.) Sałata zielona 10 g			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta () 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Leczo z indykiem 300 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
23-11-30 czwartek	E: 2221.38 kcal; B: 93.56 g; T: 44.55 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; W: 376.58 g; W tym cukry: 93.66 g; Bł.: 31.21 g; Sól: 6.51 g;	E: 2391.57 kcal; B: 93.18 g; T: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.79 g; W: 387.95 g; W tym cukry: 79.40 g; Bł.: 53.03 g; Sól: 7.49 g;	E: 2456.87 kcal; B: 101.26 g; T: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; W: 416.88 g; W tym cukry: 104.67 g; Bł.: 36.32 g; Sól: 7.48 g;	E: 2275.09 kcal; B: 100.32 g; T: 41.03 g; Kw. tł. nasy.: 9.10 g; W: 389.78 g; W tym cukry: 76.80 g; Bł.: 30.64 g; Sól: 7.99 g;	E: 2070.48 kcal; B: 52.11 g; T: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; W: 342.46 g; W tym cukry: 93.35 g; Bł.: 18.10 g; Sól: 3.00 g;	E: 1822.03 kcal; B: 34.40 g; T: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.57 g; W: 314.37 g; W tym cukry: 91.31 g; Bł.: 15.74 g; Sól: 2.24 g;	E: 2413.95 kcal; B: 76.13 g; T: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; W: 404.08 g; W tym cukry: 123.51 g; Bł.: 23.82 g; Sól: 5.26 g;	E: 3117.43 kcal; B: 98.69 g; T: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; W: 525.61 g; W tym cukry: 135.87 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 6.51 g;	E: 2419.06 kcal; B: 89.20 g; T: 51.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; W: 419.20 g; W tym cukry: 111.25 g; Bł.: 43.48 g; Sól: 6.78 g;	E: 2525.23 kcal; B: 86.49 g; T: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 377.91 g; W tym cukry: 94.51 g; Bł.: 24.51 g; Sól: 4.17 g;
2023-12-01 piątek Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Rzepa biała 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 75 g (SOJ, _) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Rzepa biała 70 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Rzepa biała 70 g Mandarynka 2 szt
II ŚN		Mandarynka 2 szt	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)			Jabłko 150 g	Mandarynka 2 szt		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-01 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Ziemniaki () 90 g Kotlet z ryby (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g (MLE, _) Salata zielona 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Salata zielona 20 g				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE, _)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Ser żółty 25 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, _) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, _) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Ser żółty 25 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Ser żółty 25 g (MLE, _)

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-01 piątek	PN										
		E: 2208.34 kcal; B: 105.64 g; T: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; W: 364.17 g; W tym cukry: 95.91 g; Bł.: 28.28 g; Sól: 6.30 g;	E: 2373.19 kcal; B: 109.29 g; T: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; W: 365.45 g; W tym cukry: 87.95 g; Bł.: 47.07 g; Sól: 6.66 g;	E: 2597.87 kcal; B: 106.85 g; T: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; W: 397.35 g; W tym cukry: 103.28 g; Bł.: 30.77 g; Sól: 7.81 g;	E: 2573.61 kcal; B: 94.73 g; T: 67.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 411.81 g; W tym cukry: 72.26 g; Bł.: 33.02 g; Sól: 10.20 g;	E: 2057.61 kcal; B: 44.88 g; T: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; W: 338.69 g; W tym cukry: 73.00 g; Bł.: 23.02 g; Sól: 3.23 g;	E: 1990.20 kcal; B: 31.84 g; T: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 344.28 g; W tym cukry: 80.73 g; Bł.: 22.93 g; Sól: 2.92 g;	E: 1738.35 kcal; B: 68.19 g; T: 58.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; W: 241.79 g; W tym cukry: 96.87 g; Bł.: 15.95 g; Sól: 3.50 g;	E: 2640.26 kcal; B: 105.50 g; T: 81.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.36 g; W: 383.71 g; W tym cukry: 107.81 g; Bł.: 27.35 g; Sól: 6.92 g;	E: 2706.82 kcal; B: 101.35 g; T: 79.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; W: 417.48 g; W tym cukry: 134.69 g; Bł.: 43.77 g; Sól: 6.41 g;	E: 2179.04 kcal; B: 77.29 g; T: 67.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 323.99 g; W tym cukry: 94.47 g; Bł.: 22.68 g; Sól: 3.61 g;
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor 70 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Miód 50 g Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Miód 50 g Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Ketchup 20 g (SEL, _)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Pomidor b/skórki 70 g Ketchup 20 g (SEL, _)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 75 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g	
	II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko 150 g					Gruszka 150 g		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-02 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Gulasz z udźca indyka 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 80 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 60 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Gulasz wieprzowy-100 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy- Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g				Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-11-27 do dnia 2023-12-03 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-02 sobota	PN										
		E: 2061.30 kcal; B: 88.24 g; T: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.66 g; W: 338.14 g; W tym cukry: 81.51 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.73 g;	E: 2258.16 kcal; B: 92.60 g; T: 65.78 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; W: 345.45 g; W tym cukry: 77.57 g; Bł.: 44.98 g; Sól: 9.17 g;	E: 2376.38 kcal; B: 97.42 g; T: 61.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; W: 372.12 g; W tym cukry: 90.41 g; Bł.: 28.81 g; Sól: 11.01 g;	E: 2140.79 kcal; B: 92.38 g; T: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; W: 331.27 g; W tym cukry: 53.30 g; Bł.: 29.37 g; Sól: 11.13 g;	E: 2049.77 kcal; B: 44.54 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; W: 341.56 g; W tym cukry: 68.78 g; Bł.: 18.90 g; Sól: 4.01 g;	E: 1934.18 kcal; B: 33.80 g; T: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; W: 337.78 g; W tym cukry: 68.37 g; Bł.: 18.86 g; Sól: 2.78 g;	E: 1843.81 kcal; B: 65.93 g; T: 68.53 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; W: 246.58 g; W tym cukry: 83.45 g; Bł.: 17.21 g; Sól: 6.16 g;	E: 2722.47 kcal; B: 97.50 g; T: 96.13 g; Kw. tł. nasy.: 41.85 g; W: 378.06 g; W tym cukry: 93.48 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 10.69 g;	E: 2697.92 kcal; B: 86.29 g; T: 110.21 g; Kw. tł. nasy.: 44.78 g; W: 357.39 g; W tym cukry: 79.60 g; Bł.: 41.84 g; Sól: 12.84 g;	E: 2069.76 kcal; B: 68.58 g; T: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; W: 308.53 g; W tym cukry: 64.75 g; Bł.: 20.01 g; Sól: 6.68 g;
2023-12-03 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 extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g			

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-03 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 60 g (GLU PSZ, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL, _) Filet z kurczaka pieczony 30 g (GLU PSZ, _) Ziemniaki () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-03 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g
PN											
	E: 2146.03 kcal; B: 98.27 g; T: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; W: 330.06 g; W tym cukry: 85.98 g; Bł.: 26.20 g; Sól: 6.48 g;	E: 2450.60 kcal; B: 131.02 g; T: 83.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; W: 311.46 g; W tym cukry: 49.02 g; Bł.: 40.62 g; Sól: 8.51 g;	E: 2623.88 kcal; B: 124.04 g; T: 80.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; W: 361.82 g; W tym cukry: 83.21 g; Bł.: 25.41 g; Sól: 8.79 g;	E: 2452.13 kcal; B: 113.38 g; T: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; W: 339.86 g; W tym cukry: 62.59 g; Bł.: 24.96 g; Sól: 9.12 g;	E: 1892.35 kcal; B: 51.27 g; T: 57.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; W: 298.35 g; W tym cukry: 65.62 g; Bł.: 18.50 g; Sól: 3.54 g;	E: 1908.07 kcal; B: 37.19 g; T: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 321.24 g; W tym cukry: 66.86 g; Bł.: 19.20 g; Sól: 2.77 g;	E: 1687.07 kcal; B: 77.04 g; T: 52.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; W: 233.75 g; W tym cukry: 68.78 g; Bł.: 15.57 g; Sól: 5.28 g;	E: 2699.83 kcal; B: 130.51 g; T: 90.42 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; W: 352.14 g; W tym cukry: 73.71 g; Bł.: 25.41 g; Sól: 9.31 g;	E: 2511.45 kcal; B: 122.18 g; T: 81.36 g; Kw. tł. nasy.: 28.70 g; W: 341.64 g; W tym cukry: 77.34 g; Bł.: 41.07 g; Sól: 8.36 g;	E: 2328.43 kcal; B: 99.39 g; T: 86.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; W: 293.42 g; W tym cukry: 64.12 g; Bł.: 19.49 g; Sól: 4.98 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Mandarynka 2 szt Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g					
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-27 poniedziałek	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>) Dżem 25 g 1 szt	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>)	Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>)
	PN					
		E: 2311.09 kcal; B: 74.37 g; T: 77.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; W: 342.57 g; W tym cukry: 71.59 g; Bł.: 33.05 g; Sól: 6.49 g;	E: 2334.85 kcal; B: 89.38 g; T: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 389.08 g; W tym cukry: 107.17 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 7.88 g;	E: 1736.38 kcal; B: 55.00 g; T: 43.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; W: 290.70 g; W tym cukry: 79.56 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 4.94 g;	E: 2517.51 kcal; B: 75.65 g; T: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; W: 448.16 g; W tym cukry: 103.92 g; Bł.: 34.15 g; Sól: 8.28 g;	E: 1978.55 kcal; B: 74.16 g; T: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 327.40 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.15 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 100 g (MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kotlety sojowe 100 g (SOJ, _) Sos meksykański 80 g (GLU PSZ, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-28 wtorek	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL</u> ,) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (<u>SEL</u> ,) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Sałata zielona 30 g
	PN					

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-28 wtorek		E: 2394.77 kcal; B: 96.48 g; T: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; W: 378.99 g; W tym cukry: 105.79 g; Bł.: 41.19 g; Sól: 7.76 g;	E: 2377.20 kcal; B: 120.62 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 368.05 g; W tym cukry: 100.11 g; Bł.: 27.64 g; Sól: 7.30 g;	E: 1695.37 kcal; B: 75.49 g; T: 39.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; W: 266.96 g; W tym cukry: 95.07 g; Bł.: 17.34 g; Sól: 3.96 g;	E: 2451.99 kcal; B: 114.90 g; T: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; W: 399.07 g; W tym cukry: 109.33 g; Bł.: 29.19 g; Sól: 7.58 g;	E: 2373.52 kcal; B: 100.79 g; T: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 369.41 g; W tym cukry: 91.87 g; Bł.: 26.07 g; Sól: 7.41 g;	
2023-11-29 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (RYB ,) Gruszka 150 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ ,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g				

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-29 środa	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet z jaj 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z marchwi i chrzanzu () 200 g (MLE, S02, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _)	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE, _)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _)	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-29 środa	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 extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (SOJ, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	
	PN						
		E: 2444.85 kcal; B: 81.96 g; T: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; W: 365.52 g; W tym cukry: 73.55 g; Bł.: 42.12 g; Sól: 7.91 g;	E: 2185.58 kcal; B: 94.65 g; T: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; W: 346.63 g; W tym cukry: 92.18 g; Bł.: 18.50 g; Sól: 7.61 g;	E: 1449.55 kcal; B: 57.80 g; T: 41.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; W: 219.00 g; W tym cukry: 79.20 g; Bł.: 16.10 g; Sól: 3.89 g;	E: 2286.77 kcal; B: 94.66 g; T: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 366.22 g; W tym cukry: 99.79 g; Bł.: 28.55 g; Sól: 8.30 g;	E: 2076.73 kcal; B: 86.24 g; T: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 334.40 g; W tym cukry: 68.51 g; Bł.: 30.67 g; Sól: 7.21 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem () 250 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)
	II ŚN				Banan 150 g	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-30 czwartek	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, ..)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ..)	Twarożek 100 g (MLE, ..) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, ..) Masło extra 82% 10 g (MLE, ..)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ..)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ..)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ..)
	PN					

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
23-11-30 czwartek	E: 2225.41 kcal; B: 57.72 g; T: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.71 g; W: 394.05 g; W tym cukry: 98.96 g; Bł.: 41.88 g; Sól: 7.09 g;	E: 2450.91 kcal; B: 101.48 g; T: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; W: 407.30 g; W tym cukry: 131.53 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 5.29 g;	E: 1916.44 kcal; B: 62.09 g; T: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.68 g; W: 326.58 g; W tym cukry: 120.37 g; Bł.: 21.23 g; Sól: 3.26 g;	E: 2781.89 kcal; B: 99.03 g; T: 68.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; W: 459.75 g; W tym cukry: 131.73 g; Bł.: 34.80 g; Sól: 6.19 g;	E: 2251.07 kcal; B: 93.70 g; T: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.40 g; W: 386.79 g; W tym cukry: 94.62 g; Bł.: 35.93 g; Sól: 7.11 g;	
2023-12-01 piątek	<p>Sniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Rzepa biała 70 g Mandarynka 2 szt</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE, _)</p>	<p>Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g</p>	
II ŚN	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-01 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE, _)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-01 piątek	PN					
		E: 2495.73 kcal; B: 99.37 g; T: 75.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; W: 370.19 g; W tym cukry: 97.86 g; Bł.: 34.05 g; Sól: 7.23 g;	E: 2405.61 kcal; B: 100.35 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; W: 389.39 g; W tym cukry: 116.87 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 7.47 g;	E: 1600.44 kcal; B: 63.95 g; T: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; W: 239.91 g; W tym cukry: 96.32 g; Bł.: 17.85 g; Sól: 3.90 g;	E: 2459.52 kcal; B: 107.04 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.56 g; W: 377.40 g; W tym cukry: 107.24 g; Bł.: 30.93 g; Sól: 7.37 g;	E: 2345.14 kcal; B: 101.79 g; T: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 362.28 g; W tym cukry: 94.29 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 7.21 g;
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR, _) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 70 g Gruszka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g
	II ŚN		Banan 150 g	Banan 1szt. 1 szt		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-02 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy 40 ml (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) 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 extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE, SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-02 sobota	PN					
		E: 2257.48 kcal; B: 77.59 g; T: 61.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 364.80 g; W tym cukry: 86.73 g; Bł.: 46.91 g; Sól: 8.33 g;	E: 2220.06 kcal; B: 88.06 g; T: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; W: 354.95 g; W tym cukry: 90.15 g; Bł.: 22.78 g; Sól: 8.16 g;	E: 1911.55 kcal; B: 67.85 g; T: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; W: 290.45 g; W tym cukry: 114.52 g; Bł.: 17.01 g; Sól: 5.31 g;	E: 2580.04 kcal; B: 87.42 g; T: 66.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; W: 422.00 g; W tym cukry: 124.95 g; Bł.: 29.00 g; Sól: 9.13 g;	E: 2108.10 kcal; B: 84.39 g; T: 53.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 336.25 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 8.64 g;
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 40 g (<u>SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (<u>SOJ.</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Polędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-03 niedziela	Obiad	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ, _</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Galaretką o smaku cytrynowym 200 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-12-03 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus 75 g (SEZ.) Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 70 g
	PN					
		E: 2090.55 kcal; B: 74.15 g; T: 57.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; W: 328.91 g; W tym cukry: 77.15 g; Bł.: 39.30 g; Sól: 6.21 g;	E: 2272.32 kcal; B: 105.03 g; T: 49.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; W: 363.18 g; W tym cukry: 85.82 g; Bł.: 25.73 g; Sól: 6.37 g;	E: 1711.00 kcal; B: 71.23 g; T: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; W: 257.11 g; W tym cukry: 72.56 g; Bł.: 17.74 g; Sól: 4.41 g;	E: 2772.82 kcal; B: 124.66 g; T: 89.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; W: 379.95 g; W tym cukry: 80.77 g; Bł.: 29.76 g; Sól: 7.99 g;	E: 2367.40 kcal; B: 113.24 g; T: 75.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 321.64 g; W tym cukry: 79.08 g; Bł.: 25.83 g; Sól: 8.43 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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