

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Mandarynka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> )	Masłanka 150 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> )	Masłanka 150 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Mandarynka 100 g	
		II ŚN	Mandarynka 100 g Podpiomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )		Mandarynka 100 g				Jabłko pieczone 150 g		
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Mus z jabłkiem () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Mix sałat 20 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	E: 2307.93 kcal; B: 79.48 g; T: 66.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 374.87 g; W tym cukry: 102.20 g; Bł.: 35.23 g; Sól: 9.83 g;	E: 2586.13 kcal; B: 88.55 g; T: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; W: 423.83 g; W tym cukry: 127.20 g; Bł.: 35.27 g; Sól: 10.06 g;	E: 2958.15 kcal; B: 110.26 g; T: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; W: 453.85 g; W tym cukry: 128.82 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 10.15 g;	E: 2413.73 kcal; B: 83.30 g; T: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; W: 432.50 g; W tym cukry: 125.84 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 8.69 g;	E: 2490.85 kcal; B: 104.37 g; T: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; W: 366.77 g; W tym cukry: 53.06 g; Bł.: 57.53 g; Sól: 11.42 g;	E: 2322.53 kcal; B: 90.07 g; T: 77.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; W: 343.09 g; W tym cukry: 42.95 g; Bł.: 59.70 g; Sól: 10.98 g;	E: 2200.66 kcal; B: 78.48 g; T: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.04 g; W: 385.31 g; W tym cukry: 68.52 g; Bł.: 28.51 g; Sól: 9.74 g;	E: 2455.06 kcal; B: 85.13 g; T: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; W: 440.34 g; W tym cukry: 130.81 g; Bł.: 28.99 g; Sól: 8.98 g;	E: 2211.68 kcal; B: 76.61 g; T: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; W: 397.79 g; W tym cukry: 100.74 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 8.45 g;	E: 2425.42 kcal; B: 92.32 g; T: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; W: 371.88 g; W tym cukry: 59.39 g; Bł.: 38.35 g; Sól: 9.90 g;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-19 wtorek	Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Rozszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Kalafior gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 150 g		Kiwi 1 szt 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Banan 150 g	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-19 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )			Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
					Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g		Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-19 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	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> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ) Dżem 25 g 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 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 kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
	E: 2542.65 kcal; B: 101.68 g; T: 79.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 371.85 g; W tym cukry: 80.91 g; Bł.: 36.59 g; Sól: 9.29 g;	E: 2679.53 kcal; B: 104.39 g; T: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 395.94 g; W tym cukry: 80.97 g; Bł.: 36.61 g; Sól: 9.49 g;	E: 2731.44 kcal; B: 107.28 g; T: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; W: 403.48 g; W tym cukry: 80.56 g; Bł.: 30.28 g; Sól: 9.29 g;	E: 2578.74 kcal; B: 111.17 g; T: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; W: 414.16 g; W tym cukry: 99.87 g; Bł.: 27.43 g; Sól: 9.25 g;	E: 2253.94 kcal; B: 104.99 g; T: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; W: 310.85 g; W tym cukry: 41.79 g; Bł.: 43.81 g; Sól: 9.21 g;	E: 1948.40 kcal; B: 96.04 g; T: 54.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.86 g; W: 295.41 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 47.83 g; Sól: 9.50 g;	E: 2221.00 kcal; B: 109.13 g; T: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; W: 331.54 g; W tym cukry: 41.02 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 10.69 g;	E: 2481.01 kcal; B: 112.85 g; T: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; W: 407.53 g; W tym cukry: 96.67 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 9.25 g;	E: 2406.65 kcal; B: 107.37 g; T: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 382.57 g; W tym cukry: 97.58 g; Bł.: 27.25 g; Sól: 9.04 g;	E: 1897.30 kcal; B: 89.55 g; T: 33.32 g; Kw. tł. nasy.: 8.39 g; W: 321.75 g; W tym cukry: 57.37 g; Bł.: 25.34 g; Sól: 7.84 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt
		II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		
2023-12-21 czwartek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
		II ŚN									

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-20 środa	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> .)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> .) Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> .) Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> .)			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana 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> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> .)				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> .)	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> .)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	E: 2521.02 kcal; B: 114.73 g; T: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 388.09 g; W tym cukry: 83.48 g; Bł.: 39.42 g; Sól: 7.35 g;	E: 2693.02 kcal; B: 121.84 g; T: 68.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; W: 414.07 g; W tym cukry: 101.28 g; Bł.: 39.42 g; Sól: 7.63 g;	E: 2691.46 kcal; B: 123.88 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; W: 422.47 g; W tym cukry: 100.91 g; Bł.: 32.51 g; Sól: 6.90 g;	E: 2716.47 kcal; B: 123.88 g; T: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 428.92 g; W tym cukry: 100.47 g; Bł.: 32.50 g; Sól: 6.90 g;	E: 2326.10 kcal; B: 114.42 g; T: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; W: 352.01 g; W tym cukry: 60.06 g; Bł.: 48.21 g; Sól: 7.98 g;	E: 2340.68 kcal; B: 105.74 g; T: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.54 g; W: 361.50 g; W tym cukry: 63.80 g; Bł.: 52.60 g; Sól: 8.64 g;	E: 2400.20 kcal; B: 116.06 g; T: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; W: 376.41 g; W tym cukry: 56.11 g; Bł.: 31.56 g; Sól: 8.10 g;	E: 2764.23 kcal; B: 122.73 g; T: 65.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; W: 432.22 g; W tym cukry: 99.67 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 7.10 g;	E: 2499.47 kcal; B: 116.18 g; T: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; W: 391.75 g; W tym cukry: 73.47 g; Bł.: 30.59 g; Sól: 6.62 g;	E: 2361.44 kcal; B: 102.08 g; T: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 8.86 g; W: 408.96 g; W tym cukry: 77.35 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 7.70 g;	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-21 czwartek Śniadanie	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g                      Rukola 20 g                      Melon 100 g                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g                      Rukola 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g                      Rukola 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g                      Rukola 20 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g                      Rukola 20 g                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                      Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Paszтет z fasoli () 60 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Rukola 20 g                      Pomidorki koktajlowe 80 g</p>	<p>Maślanka 150 ml (<b>MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<b>SOJ. GOR.</b>)                      Pomidor b/skórki 80 g                      Rukola 20 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Dżem 25 g 1 szt                      Buraczki gotowane () 100 g</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (<b>GLU PSZ.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g (<b>SOJ. GOR.</b>)                      Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g                      Rukola 20 g                      Melon 100 g</p>	
II ŚN	Melon 100 g								Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	



	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-21 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszeny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-21 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w ost.niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	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 Salata zielona 10 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt
	E: 2490.44 kcal; B: 96.03 g; T: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; W: 372.14 g; W tym cukry: 78.47 g; Bł.: 33.27 g; Sól: 7.81 g;	E: 2688.24 kcal; B: 104.40 g; T: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.12 g; W: 405.49 g; W tym cukry: 86.40 g; Bł.: 33.03 g; Sól: 8.25 g;	E: 2689.74 kcal; B: 106.81 g; T: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 29.22 g; W: 397.11 g; W tym cukry: 88.86 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 7.66 g;	E: 2466.50 kcal; B: 98.84 g; T: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; W: 401.96 g; W tym cukry: 94.52 g; Bł.: 25.04 g; Sól: 6.97 g;	E: 2455.74 kcal; B: 103.70 g; T: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; W: 356.67 g; W tym cukry: 43.90 g; Bł.: 44.84 g; Sól: 7.74 g;	E: 2326.98 kcal; B: 92.30 g; T: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; W: 351.64 g; W tym cukry: 31.00 g; Bł.: 49.23 g; Sól: 8.44 g;	E: 2321.46 kcal; B: 104.59 g; T: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 348.43 g; W tym cukry: 40.06 g; Bł.: 25.82 g; Sól: 8.84 g;	E: 2458.22 kcal; B: 99.40 g; T: 52.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; W: 410.13 g; W tym cukry: 105.71 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 7.69 g;	E: 2286.84 kcal; B: 91.11 g; T: 54.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; W: 371.82 g; W tym cukry: 86.37 g; Bł.: 24.60 g; Sól: 6.80 g;	E: 2105.02 kcal; B: 85.77 g; T: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 10.55 g; W: 342.11 g; W tym cukry: 64.13 g; Bł.: 24.41 g; Sól: 7.09 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-22 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE, _</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Hummus 25 g ( <b>SEZ, _</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE, _</b> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 50 g Dżem 25 g 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Ser mozzarella kulki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 150 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Banan 150 g Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN		Mandarynka 1 szt		Mandarynka 150 g	Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE, _</b> )		
2023-12-22 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 300 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Serek homo z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
2023-12-22 piątek 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-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Papryka świeża 70 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana b/c ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Papryka świeża 70 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Pomidor 70 g Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g ( <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> , <u>_</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	
PN		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Wafle ryżowe 30 g			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Twarożek z ziołami 40 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , <u>_</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Twarożek z ziołami 40 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Wafle ryżowe 30 g	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-22 piątek	E: 2794.65 kcal; B: 111.54 g; T: 87.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; W: 405.20 g; W tym cukry: 94.77 g; Bł.: 36.99 g; Sól: 8.43 g;	E: 2973.55 kcal; B: 117.91 g; T: 91.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.64 g; W: 434.16 g; W tym cukry: 115.17 g; Bł.: 36.07 g; Sól: 8.66 g;	E: 3020.55 kcal; B: 120.51 g; T: 91.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; W: 440.66 g; W tym cukry: 114.77 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 8.46 g;	E: 2868.53 kcal; B: 112.62 g; T: 68.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; W: 465.21 g; W tym cukry: 118.92 g; Bł.: 31.29 g; Sól: 7.65 g;	E: 2339.99 kcal; B: 105.20 g; T: 81.57 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; W: 317.88 g; W tym cukry: 51.82 g; Bł.: 45.77 g; Sól: 8.75 g;	E: 2197.80 kcal; B: 101.57 g; T: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.46 g; W: 316.56 g; W tym cukry: 30.96 g; Bł.: 47.15 g; Sól: 12.20 g;	E: 2382.78 kcal; B: 110.99 g; T: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 359.51 g; W tym cukry: 46.59 g; Bł.: 31.27 g; Sól: 8.03 g;	E: 2654.33 kcal; B: 100.65 g; T: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; W: 437.97 g; W tym cukry: 147.06 g; Bł.: 30.70 g; Sól: 7.29 g;	E: 2691.66 kcal; B: 105.87 g; T: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; W: 435.77 g; W tym cukry: 97.19 g; Bł.: 30.44 g; Sól: 7.60 g;	E: 2191.77 kcal; B: 81.88 g; T: 44.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; W: 379.62 g; W tym cukry: 85.24 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 7.74 g;
2023-12-23 sobota	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Kalafior gotowany* 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml ( <b>GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g
II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-23 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Jabłko pieczone 150 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-23 sobota	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Brokuł gotowany* 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 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 25 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,p arzona 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,p arzona 25 g		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
	E: 2310.18 kcal; B: 83.41 g; T: 67.35 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; W: 354.67 g; W tym cukry: 91.41 g; Bł.: 40.32 g; Sól: 8.50 g;	E: 2422.71 kcal; B: 88.33 g; T: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; W: 372.97 g; W tym cukry: 91.48 g; Bł.: 40.46 g; Sól: 8.65 g;	E: 2610.24 kcal; B: 100.53 g; T: 75.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; W: 392.53 g; W tym cukry: 93.71 g; Bł.: 35.92 g; Sól: 8.95 g;	E: 2373.60 kcal; B: 98.33 g; T: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; W: 395.71 g; W tym cukry: 99.64 g; Bł.: 26.64 g; Sól: 7.18 g;	E: 2217.42 kcal; B: 92.83 g; T: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 344.44 g; W tym cukry: 57.82 g; Bł.: 54.20 g; Sól: 8.68 g;	E: 2135.04 kcal; B: 94.15 g; T: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 12.19 g; W: 349.88 g; W tym cukry: 45.71 g; Bł.: 50.89 g; Sól: 9.27 g;	E: 2269.23 kcal; B: 102.14 g; T: 50.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; W: 362.71 g; W tym cukry: 50.19 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 9.67 g;	E: 2318.40 kcal; B: 101.79 g; T: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; W: 384.29 g; W tym cukry: 76.57 g; Bł.: 28.10 g; Sól: 8.55 g;	E: 2218.26 kcal; B: 91.18 g; T: 46.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; W: 371.13 g; W tym cukry: 97.15 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 6.95 g;	E: 1890.80 kcal; B: 81.68 g; T: 35.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; W: 324.10 g; W tym cukry: 57.32 g; Bł.: 25.20 g; Sól: 8.76 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-24 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonek niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonek niejadalnej 30 g ( <u>SOJ</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Marchew gotowana z olejem () 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> , ) Pomidor b/skórki 70 g Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN		Mandarynka 150 g				Mandarynka 150 g Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , )	Mandarynka 150 g		
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi b/c () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Mus z jabłek () b/c 150 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z suszu b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi b/c () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi b/c () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <u>MLE</u> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z suszu 250 ml	



	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-12-24 niedziela	PD Kolacja	Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ, MLE</b> ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</b> ) Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g ( <b>MLE</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			
		Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Śledź z cebulką w oleju 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> ) Baryszek czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
			Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczątką 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczątką 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurczątką 25 g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Mandarynka 100 g				
	E: 2877.23 kcal; B: 100.32 g; T: 83.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; W: 445.68 g; W tym cukry: 98.99 g; Bł.: 37.91 g; Sól: 10.47 g;	E: 3187.83 kcal; B: 111.62 g; T: 96.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; W: 485.16 g; W tym cukry: 116.79 g; Bł.: 37.91 g; Sól: 10.75 g;	E: 2948.68 kcal; B: 124.21 g; T: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 486.50 g; W tym cukry: 112.76 g; Bł.: 32.32 g; Sól: 8.53 g;	E: 2851.82 kcal; B: 120.79 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; W: 485.68 g; W tym cukry: 121.69 g; Bł.: 30.60 g; Sól: 7.44 g;	E: 2535.80 kcal; B: 124.88 g; T: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.30 g; W: 389.54 g; W tym cukry: 54.05 g; Bł.: 53.09 g; Sól: 10.40 g;	E: 2523.06 kcal; B: 102.30 g; T: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; W: 423.50 g; W tym cukry: 50.19 g; Bł.: 62.48 g; Sól: 11.69 g;	E: 2462.73 kcal; B: 117.80 g; T: 54.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 389.70 g; W tym cukry: 54.43 g; Bł.: 36.74 g; Sól: 9.66 g;	E: 2925.48 kcal; B: 127.55 g; T: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; W: 488.05 g; W tym cukry: 144.97 g; Bł.: 36.06 g; Sól: 7.35 g;	E: 2512.35 kcal; B: 108.57 g; T: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 423.64 g; W tym cukry: 98.76 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 6.40 g;	E: 2246.01 kcal; B: 82.56 g; T: 38.53 g; Kw. tł. nasy.: 8.93 g; W: 411.73 g; W tym cukry: 100.16 g; Bł.: 42.24 g; Sól: 7.60 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	
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> , ) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> , )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Jabłko pieczone 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE SEL</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> , ) Mandarynka 100 g	
		II ŚN	Mandarynka 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Mandarynka 100 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Mandarynka 100 g				Mandarynka 100 g		
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> , ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> , ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> , ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Naleśniki z serem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> , ) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> , ) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 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	
2023-12-18 poniedziałek	PD Kolejca	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Miód (25g) 2 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 40 g ( <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Ser zółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL</u> ) Ser zółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
E: 2167.88 kcal; B: 79.96 g; T: 36.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 403.78 g; W tym cukry: 108.31 g; Bł.: 25.58 g; Sól: 6.42 g;	E: 2544.19 kcal; B: 105.29 g; T: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; W: 394.51 g; W tym cukry: 90.10 g; Bł.: 55.88 g; Sól: 10.63 g;	E: 2503.73 kcal; B: 89.60 g; T: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; W: 441.80 g; W tym cukry: 132.14 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 8.93 g;	E: 2553.41 kcal; B: 87.65 g; T: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; W: 409.75 g; W tym cukry: 89.55 g; Bł.: 38.38 g; Sól: 9.27 g;	E: 2157.07 kcal; B: 35.93 g; T: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 398.74 g; W tym cukry: 90.62 g; Bł.: 19.06 g; Sól: 3.51 g;	E: 2161.25 kcal; B: 36.85 g; T: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 398.62 g; W tym cukry: 90.54 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 3.63 g;	E: 1944.23 kcal; B: 77.12 g; T: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; W: 318.93 g; W tym cukry: 129.25 g; Bł.: 16.29 g; Sól: 6.50 g;	E: 2948.60 kcal; B: 112.39 g; T: 86.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; W: 450.14 g; W tym cukry: 149.63 g; Bł.: 28.38 g; Sól: 10.18 g;	E: 2306.43 kcal; B: 85.15 g; T: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 401.60 g; W tym cukry: 117.26 g; Bł.: 40.40 g; Sól: 9.16 g;	E: 2128.34 kcal; B: 61.66 g; T: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; W: 356.94 g; W tym cukry: 91.54 g; Bł.: 20.14 g; Sól: 4.38 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
2023-12-19 wtorek	Sniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser mozzarella kulki 35 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Banan 150 g	Banan 150 g Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	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
2023-12-19 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 100 g Filet z indyka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Filet z indyka panierowany 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml ( <b>MLE, _</b> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>SOJ, GOR, _</b> ) Salata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 20 g ( <b>SOJ, GOR, _</b> ) Salata zielona 10 g				Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> )		

	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
2023-12-19 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% t.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <b>MLE.</b> )
		PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Dżem 25 g 1 szt
	E: 2444.49 kcal; B: 124.31 g; T: 51.98 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; W: 382.10 g; W tym cukry: 102.94 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 7.30 g;	E: 2481.01 kcal; B: 111.65 g; T: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; W: 372.89 g; W tym cukry: 78.10 g; Bł.: 47.89 g; Sól: 9.70 g;	E: 2698.43 kcal; B: 120.34 g; T: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; W: 426.52 g; W tym cukry: 128.94 g; Bł.: 27.30 g; Sól: 9.52 g;	E: 2204.92 kcal; B: 98.63 g; T: 39.20 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; W: 376.57 g; W tym cukry: 80.84 g; Bł.: 25.98 g; Sól: 8.74 g;	E: 1980.35 kcal; B: 51.69 g; T: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; W: 342.40 g; W tym cukry: 75.12 g; Bł.: 19.08 g; Sól: 3.36 g;	E: 1811.40 kcal; B: 40.10 g; T: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 315.38 g; W tym cukry: 73.90 g; Bł.: 16.76 g; Sól: 2.99 g;	E: 2007.76 kcal; B: 84.29 g; T: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; W: 298.10 g; W tym cukry: 93.72 g; Bł.: 20.21 g; Sól: 6.29 g;	E: 2819.23 kcal; B: 107.70 g; T: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; W: 425.46 g; W tym cukry: 101.36 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 9.29 g;	E: 2551.15 kcal; B: 107.61 g; T: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; W: 397.98 g; W tym cukry: 104.22 g; Bł.: 43.50 g; Sól: 8.82 g;	E: 2352.42 kcal; B: 86.24 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; W: 361.69 g; W tym cukry: 102.26 g; Bł.: 22.55 g; Sól: 5.42 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	
2023-12-20 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 30 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
		II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko 1 szt 1 szt			
2023-12-20 środa	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 40 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml ( <b>SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 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
2023-12-20 środa	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Salata zielona 10 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		E: 2551.99 kcal; B: 120.85 g; T: 56.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; W: 402.09 g; W tym cukry: 83.80 g; Bł.: 27.90 g; Sól: 5.61 g;	E: 2454.55 kcal; B: 119.21 g; T: 64.41 g; Kw. tł. nasy.: 16.87 g; W: 372.79 g; W tym cukry: 68.13 g; Bł.: 49.80 g; Sól: 8.07 g;	E: 2716.47 kcal; B: 123.88 g; T: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 428.92 g; W tym cukry: 100.47 g; Bł.: 32.50 g; Sól: 6.90 g;	E: 2320.38 kcal; B: 95.90 g; T: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; W: 406.59 g; W tym cukry: 106.81 g; Bł.: 30.37 g; Sól: 7.09 g;	E: 2108.61 kcal; B: 50.77 g; T: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; W: 356.28 g; W tym cukry: 64.49 g; Bł.: 20.62 g; Sól: 2.92 g;	E: 2085.13 kcal; B: 43.42 g; T: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; W: 363.13 g; W tym cukry: 72.80 g; Bł.: 20.34 g; Sól: 2.86 g;	E: 1889.64 kcal; B: 89.73 g; T: 43.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.27 g; W: 293.13 g; W tym cukry: 89.21 g; Bł.: 22.38 g; Sól: 4.44 g;	E: 2578.47 kcal; B: 119.43 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; W: 400.07 g; W tym cukry: 99.87 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 6.43 g;	E: 2347.72 kcal; B: 111.72 g; T: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; W: 348.94 g; W tym cukry: 73.82 g; Bł.: 38.79 g; Sól: 6.46 g;	E: 2360.40 kcal; B: 99.93 g; T: 74.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 331.74 g; W tym cukry: 81.33 g; Bł.: 23.89 g; Sól: 3.56 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
2023-12-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z fasoli () 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <b>SOJ, GOR, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <b>SOJ, GOR, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Paszтет z fasoli () 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Paszтет z fasoli () 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g
	II ŚN			Melon 100 g					Melon 100 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
2023-12-21 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 200 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ, _</b> ) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml ( <b>SEL, _</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 10 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	

	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		
2023-12-21 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 40 g ( <b>RYB.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, PSZ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
		PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, GLU JĘCZ.</b> )	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt							
			E: 2445.87 kcal; B: 97.35 g; T: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; W: 415.60 g; W tym cukry: 107.73 g; Bł.: 33.46 g; Sól: 6.50 g;	E: 2502.39 kcal; B: 104.11 g; T: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.68 g; W: 381.22 g; W tym cukry: 47.62 g; Bł.: 47.46 g; Sól: 7.92 g;	E: 2445.94 kcal; B: 103.20 g; T: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; W: 388.02 g; W tym cukry: 85.12 g; Bł.: 25.05 g; Sól: 7.50 g;	E: 2306.02 kcal; B: 91.93 g; T: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; W: 371.30 g; W tym cukry: 64.28 g; Bł.: 26.25 g; Sól: 8.35 g;	E: 1723.78 kcal; B: 45.47 g; T: 39.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.47 g; W: 296.75 g; W tym cukry: 75.48 g; Bł.: 13.73 g; Sól: 1.70 g;	E: 1736.64 kcal; B: 40.65 g; T: 48.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; W: 284.75 g; W tym cukry: 74.73 g; Bł.: 13.09 g; Sól: 1.60 g;	E: 1709.26 kcal; B: 73.43 g; T: 46.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; W: 254.31 g; W tym cukry: 86.11 g; Bł.: 19.15 g; Sól: 5.13 g;	E: 2665.14 kcal; B: 105.92 g; T: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; W: 397.16 g; W tym cukry: 87.12 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 7.41 g;	E: 2563.02 kcal; B: 102.53 g; T: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; W: 385.65 g; W tym cukry: 78.94 g; Bł.: 42.39 g; Sól: 7.37 g;	E: 2311.97 kcal; B: 87.07 g; T: 69.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; W: 337.58 g; W tym cukry: 78.51 g; Bł.: 15.58 g; Sól: 4.73 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	
2023-12-22, piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g
		II ŚN		Banan 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Banan 150 g	Jabłko 150 g		
2023-12-22, piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-22 piątek	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Banan 150 g			Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 30 g Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 30 g Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiw wody wędzona parzona 50 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-22 piątek	E: 2274.96 kcal; B: 103.40 g; T: 46.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; W: 373.21 g; W tym cukry: 95.08 g; Bł.: 25.89 g; Sól: 5.74 g;	E: 2538.19 kcal; B: 115.20 g; T: 76.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 369.37 g; W tym cukry: 93.31 g; Bł.: 43.90 g; Sól: 8.04 g;	E: 2704.52 kcal; B: 117.84 g; T: 69.45 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; W: 418.77 g; W tym cukry: 135.02 g; Bł.: 34.19 g; Sól: 7.70 g;	E: 2342.25 kcal; B: 94.43 g; T: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; W: 399.43 g; W tym cukry: 115.03 g; Bł.: 27.34 g; Sól: 9.90 g;	E: 1781.27 kcal; B: 40.70 g; T: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; W: 300.18 g; W tym cukry: 70.73 g; Bł.: 20.50 g; Sól: 2.23 g;	E: 1691.58 kcal; B: 29.95 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; W: 294.87 g; W tym cukry: 69.78 g; Bł.: 20.36 g; Sól: 1.97 g;	E: 2020.51 kcal; B: 82.49 g; T: 58.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 300.00 g; W tym cukry: 131.77 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 4.21 g;	E: 2983.19 kcal; B: 122.18 g; T: 90.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; W: 431.80 g; W tym cukry: 138.27 g; Bł.: 25.81 g; Sól: 8.05 g;	E: 2287.64 kcal; B: 100.68 g; T: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; W: 345.06 g; W tym cukry: 98.20 g; Bł.: 37.36 g; Sól: 6.94 g;	E: 2257.66 kcal; B: 76.99 g; T: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 333.14 g; W tym cukry: 95.19 g; Bł.: 17.94 g; Sól: 4.24 g;
2023-12-23 sobota	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN	Śniadanie II ŚN
	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na wodzie 300 ml ( <b>GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g Jabłko 150 g Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )
		Jabłko 150 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Jabłko pieczone 150 g			Maślanka truskawkowa 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )	

		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
2023-12-23 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Buraczki oprószone () 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g ( <b>SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE,</b> ) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 150 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 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
2023-12-23 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Szynkowa 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 Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 75 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g
	PN									
		E: 2146.12 kcal; B: 97.91 g; T: 47.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; W: 347.53 g; W tym cukry: 59.08 g; Bł.: 44.50 g; Sól: 7.30 g;	E: 2328.92 kcal; B: 99.21 g; T: 47.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 391.08 g; W tym cukry: 73.48 g; Bł.: 31.80 g; Sól: 7.60 g;	E: 2100.88 kcal; B: 84.74 g; T: 35.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.82 g; W: 372.98 g; W tym cukry: 57.82 g; Bł.: 25.20 g; Sól: 8.76 g;	E: 1761.63 kcal; B: 35.35 g; T: 41.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; W: 316.19 g; W tym cukry: 64.73 g; Bł.: 15.82 g; Sól: 2.87 g;	E: 1735.26 kcal; B: 31.55 g; T: 40.98 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; W: 315.18 g; W tym cukry: 64.55 g; Bł.: 15.67 g; Sól: 2.38 g;	E: 1607.73 kcal; B: 57.62 g; T: 44.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; W: 250.09 g; W tym cukry: 61.84 g; Bł.: 16.82 g; Sól: 5.24 g;	E: 2490.61 kcal; B: 89.64 g; T: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; W: 400.16 g; W tym cukry: 73.31 g; Bł.: 27.24 g; Sól: 8.56 g;	E: 2185.94 kcal; B: 85.06 g; T: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; W: 337.00 g; W tym cukry: 67.33 g; Bł.: 44.02 g; Sól: 9.88 g;	E: 2067.01 kcal; B: 71.01 g; T: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.37 g; W: 321.27 g; W tym cukry: 75.88 g; Bł.: 19.54 g; Sól: 6.38 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
2023-12-24 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Szynek drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <b>MLE</b> , ) Mandarynka 150 g Ogórek kiszony 70 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN		Mandarynka 150 g				Mandarynka 150 g		
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Schab duszony 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Schab duszony 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Mus z jabłek () z/c 150 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 90 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> , ) Mus z jabłek () z/c 50 g Surówka z marchwi () 100 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> , ) Makaron bezglutenowy 180 g ( <b>MLE</b> , ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE</b> , ) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g ( <b>MLE</b> , ) Kompot z suszu 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-24 niedziela	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 20 g Sałata zielona 20 g				Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,_) Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (MLE,_)	Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,_) Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,_)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,_) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,_)	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Ryba gotowana (Miruna) 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 150 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 200 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *) 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 150 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g (RYB,_) Barszcz czerwony czysty () 250 ml (MLE, SEL,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,_)			Mandarynka 100 g	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,_)			Mandarynka 100 g		
		E: 2568.50 kcal; B: 125.34 g; T: 40.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; W: 439.34 g; W tym cukry: 111.02 g; Bł.: 30.56 g; Sól: 5.67 g;	E: 2678.93 kcal; B: 124.04 g; T: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 427.03 g; W tym cukry: 85.28 g; Bł.: 47.59 g; Sól: 8.55 g;	E: 2660.85 kcal; B: 114.37 g; T: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.71 g; W: 446.36 g; W tym cukry: 116.76 g; Bł.: 36.94 g; Sól: 6.78 g;	E: 2572.11 kcal; B: 122.96 g; T: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; W: 429.18 g; W tym cukry: 97.80 g; Bł.: 42.51 g; Sól: 8.92 g;	E: 2168.28 kcal; B: 51.37 g; T: 48.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; W: 389.42 g; W tym cukry: 96.38 g; Bł.: 24.79 g; Sól: 2.35 g;	E: 2142.61 kcal; B: 41.37 g; T: 46.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; W: 398.40 g; W tym cukry: 97.23 g; Bł.: 26.19 g; Sól: 2.24 g;	E: 1726.56 kcal; B: 69.85 g; T: 31.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; W: 299.19 g; W tym cukry: 91.95 g; Bł.: 19.94 g; Sól: 2.79 g;	E: 2797.15 kcal; B: 118.97 g; T: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; W: 471.21 g; W tym cukry: 116.56 g; Bł.: 34.21 g; Sól: 6.72 g;	E: 2855.78 kcal; B: 121.95 g; T: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; W: 471.33 g; W tym cukry: 115.88 g; Bł.: 47.59 g; Sól: 7.95 g;	E: 2331.95 kcal; B: 83.56 g; T: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; W: 383.56 g; W tym cukry: 104.36 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 3.96 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Hummus 50 g ( <b>SEZ</b> , ) Sałatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> , ) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g ( <b>SOJ</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> , ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL</b> , )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> , ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ</b> , ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE, SEL</b> , )
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Mandarynka 100 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE, JAJ</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> , ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> , ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE</b> , ) 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
2023-12-18 poniedziałek	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ,)			
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ,) Ser żółty 25 g ( <b>MLE</b> ,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL</b> ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 40 g ( <b>SEL</b> ,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL</b> ,) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> ,) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> ,)	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> ,)	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</b> ,) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt
		E: 2408.35 kcal; B: 77.71 g; T: 75.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; W: 377.75 g; W tym cukry: 102.23 g; Bł.: 32.97 g; Sól: 9.07 g;	E: 2591.80 kcal; B: 107.38 g; T: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; W: 401.05 g; W tym cukry: 100.28 g; Bł.: 27.81 g; Sól: 7.94 g;	E: 1630.65 kcal; B: 57.39 g; T: 32.92 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; W: 292.95 g; W tym cukry: 107.89 g; Bł.: 15.79 g; Sól: 5.14 g;	E: 2413.73 kcal; B: 83.30 g; T: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; W: 432.50 g; W tym cukry: 125.84 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 8.69 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-19 wtorek	Sniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Hummus 80 g (<b>SEZ.</b>) Ser mozzarella kulki 35 g (<b>MLE.</b>) Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Masło extra 82% 5 g (<b>MLE.</b>) Ser mozzarella kulki 35 g (<b>MLE.</b>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rozszponka 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU JĘCZ.</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>) Ser mozzarella kulki 35 g (<b>MLE.</b>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>
	II ŚN	Banan 150 g			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-19 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ, _</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Buraczki gotowane ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 90 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> )			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-19 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> )
	PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Dżem 25 g 1 szt		
		E: 2709.71 kcal; B: 99.07 g; T: 87.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; W: 392.75 g; W tym cukry: 101.71 g; Bł.: 43.51 g; Sól: 8.65 g;	E: 2509.96 kcal; B: 103.52 g; T: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; W: 430.22 g; W tym cukry: 107.09 g; Bł.: 22.87 g; Sól: 6.73 g;	E: 1871.56 kcal; B: 85.76 g; T: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; W: 285.19 g; W tym cukry: 92.45 g; Bł.: 17.25 g; Sól: 6.26 g;	E: 2543.53 kcal; B: 110.08 g; T: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 406.66 g; W tym cukry: 97.64 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 9.24 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-20 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kotlety z soczewicy () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 40 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt



		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	
2023-12-20 środa	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> .)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Leczo wegetariańskie z soczewicą 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> .) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osi.niejad 50 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>SOJ, GOR</u> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02</u> .)				
		E: 3145.74 kcal; B: 101.03 g; T: 126.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; W: 421.44 g; W tym cukry: 101.45 g; Bł.: 50.98 g; Sól: 6.52 g;	E: 2595.79 kcal; B: 102.69 g; T: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; W: 405.93 g; W tym cukry: 87.04 g; Bł.: 19.94 g; Sól: 6.95 g;	E: 1731.29 kcal; B: 85.46 g; T: 42.77 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 259.09 g; W tym cukry: 88.84 g; Bł.: 20.06 g; Sól: 3.32 g;	E: 2399.27 kcal; B: 115.16 g; T: 60.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; W: 360.66 g; W tym cukry: 99.87 g; Bł.: 29.29 g; Sól: 5.31 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-21 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z fasoli () 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <b>SOJ, GOR.</b> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Melon 100 g	

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

**Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-18 do dnia 2023-12-24 KUCHNIA SIEDLCE**

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-21 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-21 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 40 g ( <b>RYB.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
		E: 2392.82 kcal; B: 78.17 g; T: 68.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; W: 379.44 g; W tym cukry: 86.91 g; Bł.: 35.91 g; Sól: 7.18 g;	E: 2506.83 kcal; B: 112.75 g; T: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; W: 390.64 g; W tym cukry: 88.40 g; Bł.: 28.74 g; Sól: 8.16 g;	E: 1592.66 kcal; B: 67.92 g; T: 35.32 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; W: 261.77 g; W tym cukry: 86.52 g; Bł.: 14.98 g; Sól: 4.21 g;	E: 2465.74 kcal; B: 98.81 g; T: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; W: 401.79 g; W tym cukry: 94.41 g; Bł.: 25.00 g; Sól: 6.95 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-22, piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Banan 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> )	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )
	II ŚN	Banan 150 g			
Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 250 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 40 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 300 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) 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
2023-12-22 piątek	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> .)	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> .) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 100 ml	Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> .) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> .)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> .) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> .) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> .) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> .) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> .) Salata zielona 30 g Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE</b> .)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> .) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> .) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> .) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE</b> .) Salata zielona 30 g
	PN				

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-22 piątek		E: 2452.39 kcal; B: 88.91 g; T: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; W: 374.06 g; W tym cukry: 104.32 g; Bł.: 32.44 g; Sól: 7.40 g;	E: 2444.34 kcal; B: 102.95 g; T: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; W: 410.20 g; W tym cukry: 123.58 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 5.36 g;	E: 1728.59 kcal; B: 69.24 g; T: 36.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 289.26 g; W tym cukry: 123.14 g; Bł.: 17.48 g; Sól: 3.08 g;	E: 2668.20 kcal; B: 105.36 g; T: 58.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 445.04 g; W tym cukry: 143.25 g; Bł.: 29.71 g; Sól: 6.65 g;
2023-12-23 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 150 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek a`la homogenizowany z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> )
	II ŚN		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-23 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószone () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Jabłko pieczone 150 g	



		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-23 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt
	PN				
		E: 3120.52 kcal; B: 94.57 g; T: 143.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 366.08 g; W tym cukry: 73.50 g; Bł.: 53.69 g; Sól: 9.13 g;	E: 2165.99 kcal; B: 92.61 g; T: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; W: 352.61 g; W tym cukry: 65.81 g; Bł.: 26.54 g; Sól: 7.83 g;	E: 1533.02 kcal; B: 63.00 g; T: 27.57 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; W: 265.63 g; W tym cukry: 61.84 g; Bł.: 15.01 g; Sól: 3.89 g;	E: 2440.35 kcal; B: 98.64 g; T: 47.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.98 g; W: 417.41 g; W tym cukry: 75.87 g; Bł.: 25.29 g; Sól: 6.89 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-24 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT,)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE,)</b> Serek a'la homogenizowany 50 g <b>(MLE,)</b> Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE,)</b> Serek a'la homogenizowany 50 g <b>(MLE,)</b> Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Masło extra 82% 5 g <b>(MLE,)</b> Serek a'la homogenizowany 50 g <b>(MLE,)</b> Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml <b>(MLE,)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g <b>(GLU PSZ,)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g <b>(GLU PSZ, GLU ŻYT,)</b> Masło extra 82% 10 g <b>(MLE,)</b> Serek a'la homogenizowany 50 g <b>(MLE,)</b> Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Mandarynka 150 g		Biszkopty b/c 30 g <b>(GLU PSZ, JAJ,)</b> Mandarynka 150 g
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL,)</b> Makaron 180 g <b>(GLU PSZ,)</b> Twaróg półtłusty 100 g <b>(MLE,)</b> Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g <b>(MLE,)</b> Kompot z suszu 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml <b>(SEL,)</b> Makaron 180 g <b>(GLU PSZ,)</b> Twaróg półtłusty 100 g <b>(MLE,)</b> Mus z jabłek () z/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g <b>(GLU PSZ,)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL,)</b> Makaron 90 g <b>(GLU PSZ,)</b> Twaróg półtłusty 50 g <b>(MLE,)</b> Mus z jabłek () z/c 50 g Surówka z marchwi () 100 g <b>(MLE,)</b> Kompot z suszu 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml <b>(GLU PSZ, MLE, SEL,)</b> Makaron 180 g <b>(GLU PSZ,)</b> Twaróg półtłusty 100 g <b>(MLE,)</b> Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi () 200 g <b>(MLE,)</b> Kompot z suszu 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-24 niedziela	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> .)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml ( <b>MLE</b> .)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> .)
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> .) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> .) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> .) Barszcz czerwony czysty z uszkami z kapustą i grzybami *() 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> .) Ryba gotowana (Miruna) 150 g ( <b>RYB</b> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> .) Barszcz czerwony czysty () 200 ml ( <b>MLE, SEL</b> .) Ryba w galarecie (Miruna) () 50 g ( <b>RYB</b> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> .) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> .) Barszcz czerwony czysty () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> .) Ryba w galarecie (Miruna) () 150 g ( <b>RYB</b> .) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> .)			
		E: 2614.58 kcal; B: 111.60 g; T: 49.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; W: 443.78 g; W tym cukry: 95.16 g; Bł.: 35.62 g; Sól: 8.35 g;	E: 2599.33 kcal; B: 129.48 g; T: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; W: 404.28 g; W tym cukry: 89.29 g; Bł.: 18.47 g; Sól: 5.03 g;	E: 1613.76 kcal; B: 66.55 g; T: 29.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; W: 277.59 g; W tym cukry: 91.95 g; Bł.: 19.37 g; Sól: 2.75 g;	E: 2682.95 kcal; B: 117.11 g; T: 49.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; W: 454.29 g; W tym cukry: 116.53 g; Bł.: 33.22 g; Sól: 6.24 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,