

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-11-20 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sliwka szt 2 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.)	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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ.) Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 70 g Banan 150 g		
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g				
		Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwonony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwonony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwonony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwonony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwonony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Barszcz czerwonony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-20 poniedziałek	PD		Śliwka szt 2 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Śliwka szt 2 szt	Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE, _</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE, _</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 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>) Ser żółty 25 g (<u>MLE, _</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE, _</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 30 g	
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, _</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL, _</u>)		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
23-11-20 poniedziałek	E: 2243.64 kcal; B: 70.14 g; T: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; W: 356.56 g; W tym cukry: 90.40 g; Bł.: 33.39 g; Sól: 8.94 g; WW: 32.41 Por;	E: 2521.84 kcal; B: 79.21 g; T: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; W: 405.52 g; W tym cukry: 115.40 g; Bł.: 33.43 g; Sól: 9.17 g; WW: 37.31 Por;	E: 2445.04 kcal; B: 76.81 g; T: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; W: 391.12 g; W tym cukry: 115.40 g; Bł.: 33.43 g; Sól: 9.17 g; WW: 35.87 Por;	E: 2903.08 kcal; B: 102.52 g; T: 89.38 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; W: 436.13 g; W tym cukry: 118.04 g; Bł.: 29.56 g; Sól: 8.54 g; WW: 40.82 Por;	E: 2362.60 kcal; B: 74.30 g; T: 47.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; W: 423.91 g; W tym cukry: 130.77 g; Bł.: 24.03 g; Sól: 7.02 g; WW: 40.12 Por;	E: 2495.35 kcal; B: 111.19 g; T: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; W: 364.11 g; W tym cukry: 57.97 g; Bł.: 64.52 g; Sól: 11.39 g; WW: 30.05 Por;	E: 2307.90 kcal; B: 108.87 g; T: 73.11 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; W: 328.82 g; W tym cukry: 45.42 g; Bł.: 58.34 g; Sól: 10.39 g; WW: 27.14 Por;	E: 2320.24 kcal; B: 76.95 g; T: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 395.55 g; W tym cukry: 72.25 g; Bł.: 30.06 g; Sól: 9.89 g; WW: 36.66 Por;	E: 2231.90 kcal; B: 70.70 g; T: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.14 g; W: 393.16 g; W tym cukry: 108.35 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 7.12 g; WW: 36.80 Por;	E: 2238.08 kcal; B: 92.96 g; T: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; W: 342.49 g; W tym cukry: 71.40 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 8.15 g; WW: 31.27 Por;
2023-11-21 wtorek	Śniadanie Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
II ŚN				Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-21 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, _) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, _) Salata zielona 20 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-21 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g
		PN				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			
	E: 2316.49 kcal; B: 102.78 g; T: 72.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; W: 328.68 g; W tym cukry: 77.27 g; Bł.: 35.94 g; Sól: 7.74 g; WW: 29.37 Por;	E: 2542.99 kcal; B: 111.78 g; T: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; W: 361.98 g; W tym cukry: 83.57 g; Bł.: 35.94 g; Sól: 8.17 g; WW: 32.67 Por;	E: 2452.99 kcal; B: 105.48 g; T: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; W: 352.68 g; W tym cukry: 77.27 g; Bł.: 35.94 g; Sól: 7.93 g; WW: 31.77 Por;	E: 2586.75 kcal; B: 114.38 g; T: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.87 g; W: 367.68 g; W tym cukry: 81.77 g; Bł.: 29.15 g; Sól: 7.96 g; WW: 33.92 Por;	E: 2318.39 kcal; B: 110.33 g; T: 43.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; W: 383.40 g; W tym cukry: 91.01 g; Bł.: 26.34 g; Sól: 7.86 g; WW: 35.67 Por;	E: 2238.10 kcal; B: 117.80 g; T: 69.31 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; W: 309.21 g; W tym cukry: 40.85 g; Bł.: 48.05 g; Sól: 8.81 g; WW: 26.23 Por;	E: 2105.17 kcal; B: 112.16 g; T: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; W: 297.32 g; W tym cukry: 37.31 g; Bł.: 47.58 g; Sól: 10.27 g; WW: 25.11 Por;	E: 2221.97 kcal; B: 119.95 g; T: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 334.11 g; W tym cukry: 45.69 g; Bł.: 27.65 g; Sól: 9.61 g; WW: 30.60 Por;	E: 2070.48 kcal; B: 112.80 g; T: 40.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 325.86 g; W tym cukry: 84.78 g; Bł.: 26.18 g; Sól: 7.46 g; WW: 29.96 Por;	E: 1800.95 kcal; B: 96.51 g; T: 31.39 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; W: 294.30 g; W tym cukry: 59.92 g; Bł.: 23.97 g; Sól: 8.46 g; WW: 26.98 Por;	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Powidło śliwkowe 25 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 50 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Powidło śliwkowe 25 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 50 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Powidło śliwkowe 25 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ ,) Sałata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ ,) Sałata zielona 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ ,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ ,) Sałata zielona 30 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ ,)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	
	II ŚN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE ,)				Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				
	Obiad		Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ ,) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL ,) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-22 środa	PD		Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		
	Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (<u>MLE.</u>)			Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 70 g
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-22 środa	E: 2407.62 kcal; B: 102.79 g; T: 55.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; W: 383.84 g; W tym cukry: 113.23 g; Bł.: 40.99 g; Sól: 4.73 g; WW: 34.43 Por;	E: 2579.62 kcal; B: 109.89 g; T: 59.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; W: 409.82 g; W tym cukry: 131.03 g; Bł.: 40.99 g; Sól: 5.01 g; WW: 37.06 Por;	E: 2526.38 kcal; B: 109.59 g; T: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; W: 408.82 g; W tym cukry: 126.00 g; Bł.: 35.91 g; Sól: 4.63 g; WW: 37.42 Por;	E: 2460.65 kcal; B: 108.18 g; T: 54.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 391.15 g; W tym cukry: 115.23 g; Bł.: 19.46 g; Sól: 4.07 g; WW: 37.37 Por;	E: 2485.47 kcal; B: 119.18 g; T: 71.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; W: 357.36 g; W tym cukry: 58.30 g; Bł.: 54.39 g; Sól: 10.65 g; WW: 30.34 Por;	E: 2338.46 kcal; B: 98.61 g; T: 66.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.47 g; W: 351.30 g; W tym cukry: 54.73 g; Bł.: 54.39 g; Sól: 12.26 g; WW: 29.71 Por;	E: 2442.71 kcal; B: 118.24 g; T: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; W: 354.56 g; W tym cukry: 41.60 g; Bł.: 34.48 g; Sól: 10.56 g; WW: 31.98 Por;	E: 2293.92 kcal; B: 102.44 g; T: 46.33 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; W: 367.66 g; W tym cukry: 97.64 g; Bł.: 29.24 g; Sól: 4.19 g; WW: 33.96 Por;	E: 2125.63 kcal; B: 80.52 g; T: 48.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.05 g; W: 342.44 g; W tym cukry: 69.43 g; Bł.: 30.93 g; Sól: 8.34 g; WW: 31.25 Por;	
2023-11-23 czwartek	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Maślanka 150 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Maślanka 150 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g
II ŚN		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-23 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos bazyliowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza bulgur 180 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g			
		Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-23 czwartek	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		
		E: 2479.11 kcal; B: 93.21 g; T: 75.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; W: 375.45 g; W tym cukry: 75.63 g; Bł.: 38.92 g; Sól: 7.84 g; WW: 33.66 Por;	E: 2815.11 kcal; B: 108.09 g; T: 85.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; W: 421.60 g; W tym cukry: 83.88 g; Bł.: 40.52 g; Sól: 9.30 g; WW: 38.14 Por;	E: 2788.61 kcal; B: 104.11 g; T: 84.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; W: 420.75 g; W tym cukry: 83.88 g; Bł.: 40.52 g; Sól: 8.48 g; WW: 38.06 Por;	E: 2804.41 kcal; B: 105.96 g; T: 84.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; W: 420.71 g; W tym cukry: 84.14 g; Bł.: 34.49 g; Sól: 8.04 g; WW: 38.64 Por;	E: 2525.72 kcal; B: 116.64 g; T: 55.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 393.29 g; W tym cukry: 82.79 g; Bł.: 20.36 g; Sól: 7.62 g; WW: 37.53 Por;	E: 2520.17 kcal; B: 97.01 g; T: 86.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; W: 365.77 g; W tym cukry: 47.63 g; Bł.: 54.07 g; Sól: 9.38 g; WW: 31.28 Por;	E: 2236.01 kcal; B: 90.24 g; T: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; W: 338.91 g; W tym cukry: 38.66 g; Bł.: 49.52 g; Sól: 10.33 g; WW: 29.01 Por;	E: 2387.76 kcal; B: 100.31 g; T: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; W: 359.22 g; W tym cukry: 37.77 g; Bł.: 25.60 g; Sól: 9.64 g; WW: 33.54 Por;	E: 2235.18 kcal; B: 92.69 g; T: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; W: 350.45 g; W tym cukry: 69.60 g; Bł.: 22.50 g; Sól: 7.11 g; WW: 32.94 Por;	E: 2061.17 kcal; B: 83.07 g; T: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.94 g; W: 331.26 g; W tym cukry: 56.87 g; Bł.: 22.31 g; Sól: 6.88 g; WW: 31.01 Por;
2023-11-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Rzepa biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Rzepa biała 50 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Rzepa biała 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80%tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	
	II ŚN			Banan 150 g			Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-24 piątek	Obiad	<p>Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>								
		<p>Selerowa z ryżem () 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>								
		<p>Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JEĆZ.</u>) (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JEĆZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>								
2023-11-24 piątek	PD	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>								
		<p>Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)</p>								
		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g</p>								
2023-11-24 piątek	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)</p>								
		<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 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>) Pomidor 70 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>)</p>								
		<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 70 g Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)</p>								
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 70 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>)</p>										
<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p>										
<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>)</p>										
<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt</p>										

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-24 piątek	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.)		
		E: 2552.77 kcal; B: 101.36 g; T: 80.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; W: 372.23 g; W tym cukry: 105.89 g; Bł.: 33.89 g; Sól: 7.87 g; WW: 33.98 Por;	E: 2884.97 kcal; B: 110.48 g; T: 87.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; W: 429.83 g; W tym cukry: 140.94 g; Bł.: 34.32 g; Sól: 8.32 g; WW: 39.73 Por;	E: 2835.70 kcal; B: 103.87 g; T: 83.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; W: 433.30 g; W tym cukry: 146.23 g; Bł.: 34.31 g; Sól: 8.14 g; WW: 40.08 Por;	E: 2974.39 kcal; B: 120.83 g; T: 89.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; W: 433.72 g; W tym cukry: 139.98 g; Bł.: 25.81 g; Sól: 8.12 g; WW: 40.96 Por;	E: 2790.45 kcal; B: 118.28 g; T: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 450.37 g; W tym cukry: 147.52 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 6.96 g; WW: 42.22 Por;	E: 2378.54 kcal; B: 112.03 g; T: 76.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; W: 334.59 g; W tym cukry: 40.38 g; Bł.: 49.60 g; Sól: 8.44 g; WW: 28.57 Por;	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; WW: 26.96 Por;	E: 2407.78 kcal; B: 112.79 g; T: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.20 g; W: 361.86 g; W tym cukry: 42.49 g; Bł.: 31.27 g; Sól: 8.08 g; WW: 33.09 Por;	E: 2400.22 kcal; B: 100.56 g; T: 54.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.16 g; W: 390.37 g; W tym cukry: 109.43 g; Bł.: 27.88 g; Sól: 6.66 g; WW: 36.38 Por;	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; WW: 35.32 Por;
2023-11-25 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona na 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona na 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-25 sobota	II ŚN		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		Jabłko 150 g Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE,</u>)		Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ,</u>)	Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 300 g (<u>SEL,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Jabłko 150 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałata zielona 30 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-25 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 extra 82% 10 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.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.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Miód (25g) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g 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 (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g
		PN				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		
	E: 2085.77 kcal; B: 75.24 g; T: 56.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; W: 331.36 g; W tym cukry: 72.80 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 9.65 g; WW: 29.97 Por;	E: 2310.57 kcal; B: 84.04 g; T: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; W: 369.76 g; W tym cukry: 72.80 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 9.85 g; WW: 33.81 Por;	E: 2278.77 kcal; B: 79.27 g; T: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 368.74 g; W tym cukry: 72.80 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 8.87 g; WW: 33.71 Por;	E: 2681.98 kcal; B: 96.97 g; T: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.28 g; W: 428.46 g; W tym cukry: 93.74 g; Bł.: 27.91 g; Sól: 9.41 g; WW: 40.17 Por;	E: 2533.17 kcal; B: 105.68 g; T: 51.48 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 423.63 g; W tym cukry: 93.26 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 7.18 g; WW: 39.92 Por;	E: 2182.08 kcal; B: 103.37 g; T: 53.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 341.26 g; W tym cukry: 54.95 g; Bł.: 50.89 g; Sól: 9.44 g; WW: 29.05 Por;	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; WW: 29.94 Por;	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; WW: 33.54 Por;	E: 2129.76 kcal; B: 89.05 g; T: 42.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.94 g; W: 358.84 g; W tym cukry: 73.08 g; Bł.: 25.20 g; Sól: 6.68 g; WW: 33.43 Por;	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; WW: 29.91 Por;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-26 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Banan 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 (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 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 (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Ogórek kiszony 70 g Ser żółty 25 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonek niejadalnej 30 g (SOJ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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 (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	
		II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ.)	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jabłko pieczone 150 g		
		Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml			Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-11-26 niedziela	PD Kolacja	Banan 150 g				Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-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 Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 20 g Salata zielona 20 g				
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 20 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 30 g
		PN					Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			
	E: 2180.64 kcal; B: 99.41 g; T: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; W: 347.06 g; W tym cukry: 102.52 g; Bł.: 32.89 g; Sól: 8.58 g; WW: 31.61 Por;	E: 2491.24 kcal; B: 110.71 g; T: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; W: 386.53 g; W tym cukry: 120.32 g; Bł.: 32.89 g; Sól: 8.86 g; WW: 35.58 Por;	E: 2352.64 kcal; B: 106.51 g; T: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; W: 373.03 g; W tym cukry: 120.32 g; Bł.: 32.89 g; Sól: 8.86 g; WW: 34.23 Por;	E: 2565.72 kcal; B: 112.69 g; T: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; W: 401.22 g; W tym cukry: 126.85 g; Bł.: 26.05 g; Sól: 8.96 g; WW: 37.69 Por;	E: 2480.80 kcal; B: 100.94 g; T: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 406.12 g; W tym cukry: 122.59 g; Bł.: 21.45 g; Sól: 7.23 g; WW: 38.73 Por;	E: 2234.01 kcal; B: 117.14 g; T: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; W: 312.26 g; W tym cukry: 49.21 g; Bł.: 45.70 g; Sól: 10.89 g; WW: 26.80 Por;	E: 2219.58 kcal; B: 108.73 g; T: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; W: 328.22 g; W tym cukry: 41.59 g; Bł.: 48.40 g; Sól: 12.01 g; WW: 28.05 Por;	E: 2230.09 kcal; B: 114.95 g; T: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 323.56 g; W tym cukry: 35.44 g; Bł.: 25.10 g; Sól: 9.84 g; WW: 30.03 Por;	E: 2177.25 kcal; B: 102.32 g; T: 49.06 g; Kw. tł. nasy.: 19.86 g; W: 342.44 g; W tym cukry: 91.02 g; Bł.: 21.55 g; Sól: 6.71 g; WW: 32.34 Por;	E: 2042.98 kcal; B: 91.80 g; T: 45.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; W: 327.72 g; W tym cukry: 76.54 g; Bł.: 21.55 g; Sól: 6.63 g; WW: 30.79 Por;		

	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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-20 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE , SEL , <u>..</u>) Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ , GLU ZYT , <u>..</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE , SEL , <u>..</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ZYT , <u>..</u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ , <u>..</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE , SEL , <u>..</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ZYT , <u>..</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (SOJ , <u>..</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ , <u>..</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ , <u>..</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ , SOJ , MLE , <u>..</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE , SEL , <u>..</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ZYT , <u>..</u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (JAJ , MLE , SEL , GOR , <u>..</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ , GLU ZYT , <u>..</u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ , <u>..</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE , SEL , <u>..</u>)
		II ŚN	Śliwka szt 2 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE , <u>..</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , <u>..</u>) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE , <u>..</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ , SOJ , MLE , <u>..</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE , <u>..</u>)			
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE , <u>..</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ , SEL , <u>..</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL , <u>..</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE , <u>..</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ , SEL , <u>..</u>) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ , SEL , <u>..</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL , <u>..</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE , <u>..</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ , SEL , <u>..</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ , SEL , <u>..</u>) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ , JAJ , MLE , <u>..</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ , JAJ , MLE , <u>..</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ , MLE , SEL , <u>..</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE , <u>..</u>) 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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-20 poniedziałek	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodak.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g	Śliwka szt 2 szt				Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Banan 150 g		Śliwka szt 2 szt
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 10 g Dżem 25 g 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 40 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-20 poniedziałek	E: 2185.10 kcal; B: 74.55 g; T: 41.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; W: 395.05 g; W tym cukry: 109.97 g; Bł.: 24.41 g; Sól: 6.21 g; WW: 37.21 Por;	E: 2611.26 kcal; B: 115.14 g; T: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; W: 390.65 g; W tym cukry: 83.49 g; Bł.: 60.14 g; Sól: 10.40 g; WW: 33.14 Por;	E: 2495.99 kcal; B: 89.41 g; T: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; W: 416.31 g; W tym cukry: 121.41 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 7.59 g; WW: 39.08 Por;	E: 2303.52 kcal; B: 92.23 g; T: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; W: 359.31 g; W tym cukry: 83.46 g; Bł.: 30.75 g; Sól: 8.21 g; WW: 32.99 Por;	E: 1882.97 kcal; B: 34.46 g; T: 52.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; W: 326.50 g; W tym cukry: 90.59 g; Bł.: 14.15 g; Sól: 3.58 g; WW: 31.33 Por;	E: 1765.77 kcal; B: 27.77 g; T: 44.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; W: 318.96 g; W tym cukry: 96.63 g; Bł.: 10.97 g; Sól: 2.24 g; WW: 30.93 Por;	E: 1986.54 kcal; B: 46.78 g; T: 16.19 g; Kw. tł. nasy.: 0.44 g; W: 414.77 g; W tym cukry: 44.80 g; Bł.: 10.13 g; Sól: 0.89 g; WW: 40.64 Por;	E: 1951.81 kcal; B: 73.17 g; T: 48.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; W: 316.02 g; W tym cukry: 138.91 g; Bł.: 16.51 g; Sól: 5.09 g; WW: 30.06 Por;	E: 2998.78 kcal; B: 105.42 g; T: 89.03 g; Kw. tł. nasy.: 33.06 g; W: 461.00 g; W tym cukry: 158.86 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 8.99 g; WW: 43.41 Por;	E: 2254.42 kcal; B: 77.51 g; T: 57.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; W: 379.30 g; W tym cukry: 109.46 g; Bł.: 40.09 g; Sól: 7.99 g; WW: 34.02 Por;
2023-11-21 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 40 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 30 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Serek a'la fromage z ziołami 80 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Jabłko 150 g Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-21 wtorek	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL, _) Ziemniaki () 100 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _)
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, _) Sałata zielona 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	

	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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-21 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rzepa biała 70 g
	PN									
	E: 2023.68 kcal; B: 116.65 g; T: 32.47 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; W: 327.75 g; W tym cukry: 86.40 g; Bł.: 24.08 g; Sól: 6.55 g; WW: 30.37 Por;	E: 2326.98 kcal; B: 123.86 g; T: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; W: 335.64 g; W tym cukry: 52.52 g; Bł.: 46.06 g; Sól: 8.69 g; WW: 29.10 Por;	E: 2206.98 kcal; B: 115.50 g; T: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 349.86 g; W tym cukry: 84.78 g; Bł.: 26.18 g; Sól: 7.65 g; WW: 32.36 Por;	E: 2067.79 kcal; B: 102.19 g; T: 34.44 g; Kw. tł. nasy.: 9.05 g; W: 347.30 g; W tym cukry: 59.92 g; Bł.: 23.97 g; Sól: 8.65 g; WW: 32.29 Por;	E: 1792.06 kcal; B: 61.00 g; T: 38.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.91 g; W: 306.11 g; W tym cukry: 78.43 g; Bł.: 17.55 g; Sól: 3.50 g; WW: 28.88 Por;	E: 1594.64 kcal; B: 44.04 g; T: 35.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; W: 278.52 g; W tym cukry: 77.04 g; Bł.: 15.23 g; Sól: 2.71 g; WW: 26.34 Por;	E: 1913.46 kcal; B: 45.06 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.89 g; WW: 39.09 Por;	E: 1541.53 kcal; B: 84.66 g; T: 32.29 g; Kw. tł. nasy.: 13.50 g; W: 236.09 g; W tym cukry: 79.64 g; Bł.: 18.19 g; Sól: 4.58 g; WW: 21.77 Por;	E: 2324.46 kcal; B: 122.80 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.52 g; W: 365.62 g; W tym cukry: 94.10 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 8.04 g; WW: 33.67 Por;	E: 2272.69 kcal; B: 117.66 g; T: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; W: 330.62 g; W tym cukry: 78.51 g; Bł.: 41.48 g; Sól: 7.72 g; WW: 29.05 Por;

	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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-22 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Powidło śliwkowe 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Powidło śliwkowe 25 g Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Powidło śliwkowe 25 g Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Powidło śliwkowe 25 g Sałata zielona 30 g
		II ŚN	Gruszka 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE)	
		Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 40 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 90 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 40 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-22 środa	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 20 g	Banan 150 g				Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g		Banan 150 g	
	Kolekcja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 2 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 20 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 2 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE.)	
	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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.z podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-22 środa	E: 2207.26 kcal; B: 94.45 g; T: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; W: 361.04 g; W tym cukry: 86.60 g; Bł.: 28.85 g; Sól: 5.70 g; WW: 33.35 Por;	E: 2418.04 kcal; B: 105.65 g; T: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; W: 365.75 g; W tym cukry: 72.82 g; Bł.: 51.24 g; Sól: 8.08 g; WW: 31.54 Por;	E: 2539.40 kcal; B: 109.47 g; T: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; W: 412.52 g; W tym cukry: 125.56 g; Bł.: 35.46 g; Sól: 4.63 g; WW: 37.91 Por;	E: 2254.22 kcal; B: 88.30 g; T: 42.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.57 g; W: 381.05 g; W tym cukry: 100.14 g; Bł.: 30.96 g; Sól: 9.15 g; WW: 35.06 Por;	E: 2138.42 kcal; B: 51.07 g; T: 54.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.05 g; W: 362.12 g; W tym cukry: 83.58 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 2.08 g; WW: 33.39 Por;	E: 2040.19 kcal; B: 33.79 g; T: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; W: 365.85 g; W tym cukry: 89.53 g; Bł.: 29.13 g; Sól: 1.99 g; WW: 33.84 Por;	E: 1999.29 kcal; B: 47.26 g; T: 17.09 g; Kw. tł. nasy.: 0.53 g; W: 415.45 g; W tym cukry: 45.16 g; Bł.: 10.13 g; Sól: 0.91 g; WW: 40.71 Por;	E: 1745.29 kcal; B: 74.89 g; T: 34.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.22 g; W: 288.70 g; W tym cukry: 112.62 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 2.51 g; WW: 26.79 Por;	E: 2571.48 kcal; B: 110.10 g; T: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; W: 419.58 g; W tym cukry: 128.97 g; Bł.: 37.00 g; Sól: 4.64 g; WW: 38.43 Por;	E: 2454.13 kcal; B: 107.28 g; T: 57.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 386.64 g; W tym cukry: 109.26 g; Bł.: 43.55 g; Sól: 4.84 g; WW: 34.47 Por;
2023-11-23 czwartek	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Śniadanie Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasztet z fasoli () 30 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasztet z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasztet z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasztet z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Pomidor 70 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g
II ŚN		Jabłko 150 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Podplomyki b/c 20g (GLU PSZ, MLE.)	Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Banan 150 g	Jabłko 150 g	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Salata zielona 30 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 60 g (RYB.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) Salata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 40 g (RYB.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g

2023-11-23 czwartek

		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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-23 czwartek	PN										
		E: 2377.92 kcal; B: 97.31 g; T: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; W: 386.53 g; W tym cukry: 84.48 g; Bł.: 32.14 g; Sól: 7.29 g; WW: 35.52 Por;	E: 2385.62 kcal; B: 100.19 g; T: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; W: 352.73 g; W tym cukry: 61.40 g; Bł.: 50.76 g; Sól: 7.28 g; WW: 30.26 Por;	E: 2544.68 kcal; B: 103.59 g; T: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; W: 395.75 g; W tym cukry: 77.85 g; Bł.: 24.10 g; Sól: 7.75 g; WW: 37.34 Por;	E: 2264.23 kcal; B: 89.42 g; T: 55.23 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 360.81 g; W tym cukry: 57.14 g; Bł.: 24.34 g; Sól: 8.13 g; WW: 33.77 Por;	E: 1673.72 kcal; B: 45.07 g; T: 39.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.66 g; W: 284.43 g; W tym cukry: 63.12 g; Bł.: 13.41 g; Sól: 2.10 g; WW: 27.25 Por;	E: 1642.27 kcal; B: 36.77 g; T: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; W: 265.37 g; W tym cukry: 60.97 g; Bł.: 11.77 g; Sól: 1.93 g; WW: 25.51 Por;	E: 1986.54 kcal; B: 46.78 g; T: 16.19 g; Kw. tł. nasy.: 0.44 g; W: 414.77 g; W tym cukry: 44.80 g; Bł.: 10.13 g; Sól: 0.89 g; WW: 40.64 Por;	E: 1842.61 kcal; B: 68.77 g; T: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; W: 285.75 g; W tym cukry: 87.87 g; Bł.: 19.83 g; Sól: 5.26 g; WW: 26.65 Por;	E: 2872.42 kcal; B: 106.66 g; T: 84.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; W: 437.28 g; W tym cukry: 98.03 g; Bł.: 33.73 g; Sól: 8.37 g; WW: 40.40 Por;	E: 2464.27 kcal; B: 97.96 g; T: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; W: 365.19 g; W tym cukry: 78.03 g; Bł.: 46.80 g; Sól: 7.49 g; WW: 31.86 Por;
2023-11-24 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (<u>MLE, _</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 70 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 75 g Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 25 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>) Jabłko 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)
	II ŚN		Banan 150 g		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Banan 150 g		Jabłko 150 g

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-24 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 30 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Banan 150 g		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
		Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 30 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 30 g Ser żółty 25 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 70 g Ser żółty 25 g (MLE.)

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-24 piątek	PN										
		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; WW: 34.84 Por;	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; WW: 32.75 Por;	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; WW: 38.62 Por;	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; WW: 37.33 Por;	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; WW: 28.04 Por;	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; WW: 27.52 Por;	E: 1913.46 kcal; B: 45.06 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.89 g; WW: 39.09 Por;	E: 1998.08 kcal; B: 78.16 g; T: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 300.00 g; W tym cukry: 131.77 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 4.14 g; WW: 28.64 Por;	E: 2938.33 kcal; B: 113.51 g; T: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.88 g; W: 431.80 g; W tym cukry: 138.27 g; Bł.: 25.81 g; Sól: 7.91 g; WW: 40.75 Por;	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; WW: 30.86 Por;
2023-11-25 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.)	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g Ketchup 20 g (SEL.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 70 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)

		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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-25 sobota	II ŚN		Jabłko 150 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE ,_) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE ,_)	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE ,_) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE ,_) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE ,_)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE ,_) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE ,_)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE ,_)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL ,_) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL ,_) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL ,_) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL ,_) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g (GLU PSZ, SEL ,_) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko 90 g Kociotek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ ,_)	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko 180 g Kociotek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_)	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL ,_) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociotek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL ,_) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ ,_) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE ,_) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 150 g	Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE ,_) Kleik ryżowy na wodzie 400 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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-25 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Miód (25g) 1 szt 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 ZYT.) 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 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.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 (MLE.) 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	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Miód (25g) 1 szt 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 ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g
		PN									
			E: 2093.26 kcal; B: 92.94 g; T: 35.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; W: 361.75 g; W tym cukry: 74.70 g; Bł.: 23.10 g; Sól: 6.36 g; WW: 33.95 Por;	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; WW: 30.32 Por;	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; WW: 36.00 Por;	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; WW: 34.81 Por;	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; WW: 30.11 Por;	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; WW: 30.03 Por;	E: 1986.54 kcal; B: 46.88 g; T: 16.19 g; Kw. tł. nasy.: 0.44 g; W: 414.77 g; W tym cukry: 44.80 g; Bł.: 10.13 g; Sól: 0.92 g; WW: 40.64 Por;	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; WW: 23.40 Por;	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; WW: 37.37 Por;

	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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-26 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g 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 (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g Ser żółty 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt 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	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> SOJ</u> , <u> MLE</u> , <u>_</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> GLU ZYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN	Banan 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Banan 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> SOJ</u> , <u> MLE</u> , <u>_</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u>_</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u>_</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Mieszanka studencka 30g (<u>OZI</u> , <u> ORZ</u> , <u>_</u>)
		Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Szpinaż gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> JAJ</u> , <u> MLE</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u> SEL</u> , <u>_</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-26 niedziela	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> .)	Banan 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dnio rozdrobniona,wędzon a,parzona 20 g Sałata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .) Kleik ryżowy na wodzie 400 g		Banan 150 g	
	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> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 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> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 20 g (<u>MLE</u> .) Sałata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 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> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u> .) Rzodkiew biała 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> .) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u> .) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Rzodkiew biała 70 g
	PN										
		E: 2130.45 kcal; B: 106.17 g; T: 41.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.34 g; W: 344.33 g; W tym cukry: 92.64 g; Bł.: 19.45 g; Sól: 5.80 g; WW: 32.75 Por;	E: 2315.45 kcal; B: 112.60 g; T: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; W: 345.81 g; W tym cukry: 101.41 g; Bł.: 39.79 g; Sól: 9.13 g; WW: 30.76 Por;	E: 2302.25 kcal; B: 106.82 g; T: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; W: 361.92 g; W tym cukry: 109.22 g; Bł.: 28.15 g; Sól: 7.18 g; WW: 33.67 Por;	E: 2272.76 kcal; B: 98.81 g; T: 52.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; W: 365.27 g; W tym cukry: 88.07 g; Bł.: 26.34 g; Sól: 8.61 g; WW: 34.03 Por;	E: 1878.50 kcal; B: 53.45 g; T: 52.58 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; W: 304.15 g; W tym cukry: 88.63 g; Bł.: 17.31 g; Sól: 3.36 g; WW: 28.83 Por;	E: 1741.65 kcal; B: 36.72 g; T: 45.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; W: 301.90 g; W tym cukry: 87.54 g; Bł.: 17.31 g; Sól: 2.53 g; WW: 28.59 Por;	E: 1913.46 kcal; B: 44.96 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.86 g; WW: 39.09 Por;	E: 1636.86 kcal; B: 74.59 g; T: 34.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; W: 264.13 g; W tym cukry: 103.43 g; Bł.: 15.29 g; Sól: 4.43 g; WW: 25.07 Por;	E: 2515.99 kcal; B: 112.19 g; T: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; W: 402.39 g; W tym cukry: 121.69 g; Bł.: 27.11 g; Sól: 7.84 g; WW: 37.75 Por;	E: 2407.02 kcal; B: 109.21 g; T: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; W: 374.02 g; W tym cukry: 112.74 g; Bł.: 40.20 g; Sól: 8.50 g; WW: 33.63 Por;

	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	
2023-11-20 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (<u>MLE. SEL.</u>) Śliwka szt 2 szt Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa () 200 g (<u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Śliwka szt 2 szt Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (<u>SOJ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g
		II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-20 poniedziałek	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 150 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 10 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.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g
	PN					

	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna
23-11-20 poniedziałek	E: 2149.24 kcal; B: 56.44 g; T: 61.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; W: 353.29 g; W tym cukry: 88.50 g; Bł.: 19.19 g; Sól: 4.73 g; WW: 33.45 Por;	E: 2386.33 kcal; B: 84.10 g; T: 74.24 g; Kw. tł. nasy.: 28.40 g; W: 361.71 g; W tym cukry: 93.09 g; Bł.: 31.19 g; Sól: 8.45 g; WW: 33.16 Por;	E: 2518.86 kcal; B: 106.41 g; T: 67.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 383.22 g; W tym cukry: 101.34 g; Bł.: 24.74 g; Sól: 8.33 g; WW: 36.05 Por;	E: 1581.22 kcal; B: 51.30 g; T: 31.50 g; Kw. tł. nasy.: 13.55 g; W: 281.54 g; W tym cukry: 122.08 g; Bł.: 11.59 g; Sól: 3.61 g; WW: 27.17 Por;	E: 2262.43 kcal; B: 70.36 g; T: 46.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; W: 402.31 g; W tym cukry: 135.25 g; Bł.: 18.36 g; Sól: 6.55 g; WW: 38.60 Por;
2023-11-21 wtorek	Śniadanie Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Serek a'la fromage z ziołami 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Dżem 25 g 2 szt Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEJCZ</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEJCZ</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Serek a'la fromage z ziołami 30 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JEJCZ</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 30 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Jabłko pieczone 150 g	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-21 wtorek	Obiad	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ, _) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Jabłko pieczone 150 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-21 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Rzepa biała 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Rzepa biała 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Pomidor b/skórki 70 g
	PN					
		E: 2157.47 kcal; B: 94.82 g; T: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.11 g; W: 302.92 g; W tym cukry: 75.96 g; Bł.: 20.69 g; Sól: 4.36 g; WW: 28.29 Por;	E: 2150.67 kcal; B: 90.46 g; T: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 318.79 g; W tym cukry: 76.30 g; Bł.: 41.41 g; Sól: 6.31 g; WW: 27.83 Por;	E: 2285.04 kcal; B: 97.91 g; T: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.64 g; W: 379.64 g; W tym cukry: 96.79 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 6.50 g; WW: 35.68 Por;	E: 1423.24 kcal; B: 77.42 g; T: 29.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; W: 219.78 g; W tym cukry: 69.89 g; Bł.: 15.22 g; Sól: 4.29 g; WW: 20.44 Por;	E: 2206.98 kcal; B: 115.50 g; T: 43.49 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 349.86 g; W tym cukry: 84.78 g; Bł.: 26.18 g; Sól: 7.65 g; WW: 32.36 Por;

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna
2023-11-22 środa	Śniadanie	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Wafle ryżowe 60 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Powidło śliwkowe 25 g Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 150 g (MLE.)	Ryż na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g
	II ŚN			Banan 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	
	Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlety z soczewicy () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem () 100 g Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 90 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-22 środa	PD			Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Banan 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE, MLE, MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy* 80 g (MLE, MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE, MLE) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE, MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, MLE, MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE, MLE) Baton szynkowy z kurcząt 75 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE, MLE) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE, MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE, MLE) Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 80 g (MLE, MLE)
	PN					

	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-22 środa	E: 2155.78 kcal; B: 105.13 g; T: 43.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; W: 347.86 g; W tym cukry: 108.75 g; Bł.: 25.24 g; Sól: 2.32 g; WW: 32.38 Por;	E: 2942.48 kcal; B: 109.15 g; T: 103.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; W: 412.30 g; W tym cukry: 116.32 g; Bł.: 43.61 g; Sól: 4.65 g; WW: 37.05 Por;	E: 2493.09 kcal; B: 108.41 g; T: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.17 g; W: 382.67 g; W tym cukry: 76.99 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 5.97 g; WW: 36.58 Por;	E: 1674.37 kcal; B: 73.67 g; T: 33.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.20 g; W: 271.13 g; W tym cukry: 104.54 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 2.46 g; WW: 25.48 Por;	E: 2449.22 kcal; B: 108.50 g; T: 54.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; W: 381.91 g; W tym cukry: 115.40 g; Bł.: 28.63 g; Sól: 4.42 g; WW: 35.48 Por;
2023-11-23 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 70 g Jabłko 150 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p 50 g arzo.z dodāt.wody w osł.niejad 50 g	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g
II ŚN			Jabłko pieczone 150 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna
2023-11-23 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Schab gotowany 100 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (<u>SEL.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD			Wafle ryżowe 30 g	Banan 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>)	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>) Szykowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szykowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Sałata zielona 30 g

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-23 czwartek	PN					
		E: 2222.56 kcal; B: 87.74 g; T: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.27 g; W: 323.63 g; W tym cukry: 67.97 g; Bł.: 19.79 g; Sól: 5.12 g; WW: 30.36 Por;	E: 2256.33 kcal; B: 78.63 g; T: 59.55 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; W: 370.09 g; W tym cukry: 75.39 g; Bł.: 38.59 g; Sól: 6.82 g; WW: 33.15 Por;	E: 2300.77 kcal; B: 106.68 g; T: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; W: 375.88 g; W tym cukry: 78.35 g; Bł.: 29.44 g; Sól: 7.00 g; WW: 34.72 Por;	E: 1744.58 kcal; B: 68.53 g; T: 41.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.29 g; W: 278.44 g; W tym cukry: 92.89 g; Bł.: 13.69 g; Sól: 4.07 g; WW: 26.70 Por;	E: 2573.36 kcal; B: 98.59 g; T: 63.20 g; Kw. tł. nasy.: 21.59 g; W: 409.15 g; W tym cukry: 97.96 g; Bł.: 21.24 g; Sól: 6.71 g; WW: 39.06 Por;
2023-11-24 piątek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Banan 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> ,)
	II ŚN	Banan 150 g				

	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna		
2023-11-24 piątek	Obiad	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 120 g (JAJ, RYB.) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml (MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JE CZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JE CZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 250 g (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 40 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Selerowa z ryżem () 300 g (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
		Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Salata zielona 30 g
			PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 100 ml	Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-24 piątek	PN					
		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; WW: 31.63 Por;	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; WW: 34.29 Por;	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; WW: 38.80 Por;	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; WW: 27.36 Por;	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; WW: 41.74 Por;
2023-11-25 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Pomidor 70 g Jabłko 150 g Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE,) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Hummus 150 g (SEZ,) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (MLE,)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ,) Pomidor b/skórki 70 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE,)

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-25 sobota	II ŚN			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,)	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE,) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Kociulek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL,) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g (GLU PSZ,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL,) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-25 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) 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 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) 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 (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>)	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>) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt
	PN					
			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; WW: 30.24 Por;	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; WW: 31.33 Por;	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; WW: 32.67 Por;	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; WW: 25.14 Por;

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-26 niedziela	Sniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Banan 150 g Ogórek kiszony 70 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 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>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Biskopki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 90 g Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna
2023-11-26 niedziela	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (<u>MLE</u>)	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 30 g Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 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</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Sałata zielona 30 g
	PN					
		E: 2151.70 kcal; B: 84.25 g; T: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; W: 334.47 g; W tym cukry: 100.51 g; Bł.: 19.57 g; Sól: 5.47 g; WW: 31.64 Por;	E: 2238.69 kcal; B: 77.65 g; T: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.51 g; W: 357.13 g; W tym cukry: 101.75 g; Bł.: 42.60 g; Sól: 8.47 g; WW: 31.58 Por;	E: 2354.25 kcal; B: 112.28 g; T: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 372.47 g; W tym cukry: 114.06 g; Bł.: 17.47 g; Sól: 5.35 g; WW: 35.78 Por;	E: 1500.04 kcal; B: 65.77 g; T: 33.82 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 239.59 g; W tym cukry: 95.31 g; Bł.: 12.34 g; Sól: 4.05 g; WW: 22.95 Por;	E: 2479.99 kcal; B: 102.45 g; T: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; W: 397.20 g; W tym cukry: 106.73 g; Bł.: 22.14 g; Sól: 7.17 g; WW: 37.79 Por;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,