

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 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 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 80 g (SEL.)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN			Kiwi 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 150 g			
		Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Polewka truskawkowa 80 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny dieta* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem * 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 10 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)		
Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor gotowany* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 150 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Brokuł gotowany* 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
3-12-11 poniedziałek	E: 2276.43 kcal; B: 80.75 g; T: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; W: 343.53 g; W tym cukry: 79.82 g; Bł.: 40.29 g; Sól: 9.21 g;	E: 2403.23 kcal; B: 86.45 g; T: 74.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 362.63 g; W tym cukry: 83.92 g; Bł.: 40.29 g; Sól: 9.31 g;	E: 2454.93 kcal; B: 89.31 g; T: 73.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; W: 369.78 g; W tym cukry: 83.48 g; Bł.: 33.03 g; Sól: 9.10 g;	E: 2578.74 kcal; B: 113.08 g; T: 58.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; W: 402.76 g; W tym cukry: 82.16 g; Bł.: 25.73 g; Sól: 7.03 g;	E: 2279.42 kcal; B: 88.81 g; T: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; W: 317.41 g; W tym cukry: 49.02 g; Bł.: 49.44 g; Sól: 9.97 g;	E: 2196.70 kcal; B: 81.28 g; T: 79.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.58 g; W: 308.29 g; W tym cukry: 41.17 g; Bł.: 49.44 g; Sól: 10.53 g;	E: 2162.80 kcal; B: 92.87 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 314.19 g; W tym cukry: 36.58 g; Bł.: 29.96 g; Sól: 9.69 g;	E: 2264.71 kcal; B: 107.51 g; T: 60.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; W: 338.82 g; W tym cukry: 76.35 g; Bł.: 36.75 g; Sól: 8.61 g;	E: 2266.21 kcal; B: 84.66 g; T: 56.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.31 g; W: 369.82 g; W tym cukry: 90.55 g; Bł.: 33.75 g; Sól: 8.61 g;	E: 2124.82 kcal; B: 88.51 g; T: 56.44 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; W: 327.41 g; W tym cukry: 60.43 g; Bł.: 27.40 g; Sól: 7.83 g;
2023-12-12 wtorek Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>SOJ, GOR</u>) Kalafior gotowany* 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 75 g (<u>SOJ, GOR</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 75 g (<u>SOJ, GOR</u>) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g
II ŚN				Pomarańcza 150 g				Banan 150 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-12 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>GOR.</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 Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>GOR.</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>) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>GOR.</u>) Sałata zielona 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-12 wtorek	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa 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 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL,) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
	E: 2515.10 kcal; B: 130.51 g; T: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.59 g; W: 369.09 g; W tym cukry: 106.53 g; Bł.: 35.98 g; Sól: 9.98 g;	E: 2756.96 kcal; B: 138.45 g; T: 69.80 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; W: 404.85 g; W tym cukry: 98.27 g; Bł.: 34.56 g; Sól: 10.45 g;	E: 2803.96 kcal; B: 141.05 g; T: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; W: 411.35 g; W tym cukry: 97.87 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 10.26 g;	E: 2899.02 kcal; B: 134.22 g; T: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; W: 425.94 g; W tym cukry: 102.77 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 9.00 g;	E: 2403.15 kcal; B: 133.96 g; T: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; W: 337.48 g; W tym cukry: 57.94 g; Bł.: 47.42 g; Sól: 11.20 g;	E: 2323.33 kcal; B: 104.26 g; T: 77.44 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; W: 314.23 g; W tym cukry: 35.60 g; Bł.: 47.42 g; Sól: 10.52 g;	E: 2529.12 kcal; B: 135.34 g; T: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; W: 365.83 g; W tym cukry: 57.54 g; Bł.: 28.15 g; Sól: 10.36 g;	E: 2793.90 kcal; B: 123.60 g; T: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; W: 425.95 g; W tym cukry: 128.13 g; Bł.: 27.43 g; Sól: 9.25 g;	E: 2589.77 kcal; B: 132.26 g; T: 60.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; W: 387.75 g; W tym cukry: 109.17 g; Bł.: 26.40 g; Sól: 8.27 g;	E: 2355.67 kcal; B: 101.39 g; T: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; W: 380.01 g; W tym cukry: 90.73 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 7.32 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-13 środa	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150 g (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 75 g (SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				
2023-12-13 środa	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.)		Wafle ryżowe 30 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)		
2023-12-13 środa Kolekcja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) 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 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-13 środa PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
	E: 2666.24 kcal; B: 102.88 g; T: 84.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; W: 391.10 g; W tym cukry: 69.01 g; Bł.: 38.57 g; Sól: 10.24 g;	E: 3006.24 kcal; B: 113.75 g; T: 97.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; W: 439.16 g; W tym cukry: 94.01 g; Bł.: 38.61 g; Sól: 10.46 g;	E: 3173.00 kcal; B: 118.89 g; T: 103.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; W: 457.66 g; W tym cukry: 92.98 g; Bł.: 32.54 g; Sól: 10.36 g;	E: 2759.47 kcal; B: 108.54 g; T: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.72 g; W: 433.19 g; W tym cukry: 107.60 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 9.14 g;	E: 2416.81 kcal; B: 97.32 g; T: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; W: 353.09 g; W tym cukry: 48.79 g; Bł.: 42.23 g; Sól: 10.58 g;	E: 2171.10 kcal; B: 87.91 g; T: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.92 g; W: 351.74 g; W tym cukry: 50.82 g; Bł.: 42.23 g; Sól: 10.42 g;	E: 2114.23 kcal; B: 91.70 g; T: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; W: 341.55 g; W tym cukry: 50.58 g; Bł.: 27.75 g; Sól: 9.40 g;	E: 2582.31 kcal; B: 107.80 g; T: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; W: 375.25 g; W tym cukry: 95.25 g; Bł.: 27.61 g; Sól: 9.05 g;	E: 2461.09 kcal; B: 99.56 g; T: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 338.41 g; W tym cukry: 73.51 g; Bł.: 27.82 g; Sól: 8.75 g;	E: 2003.39 kcal; B: 82.93 g; T: 41.19 g; Kw. tł. nasy.: 9.75 g; W: 338.41 g; W tym cukry: 61.56 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 8.59 g;
2023-12-14 czwartek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 80 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 80 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 80 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kefir 2% tł 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Ser mozzarella 80 g (MLE) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Melon 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony y 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 150 g		
	Melon 150 g					Jabłko pieczone 150 g				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-14 czwartek	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (JAJ.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (JAJ.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL.)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (MLE, SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.)</p> <p>Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g (SEL.)</p> <p>Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>
	PD		<p>Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)</p> <p>Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)</p>		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 20 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 20 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Baton szynkowy z kurcząt 20 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)</p>		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-14 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ. GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ. GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ. GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
	E: 2749.37 kcal; B: 121.07 g; T: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 419.05 g; W tym cukry: 111.54 g; Bł.: 39.47 g; Sól: 4.93 g;	E: 2991.17 kcal; B: 128.33 g; T: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; W: 460.09 g; W tym cukry: 121.59 g; Bł.: 39.86 g; Sól: 5.30 g;	E: 2863.72 kcal; B: 122.15 g; T: 77.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; W: 431.15 g; W tym cukry: 108.93 g; Bł.: 28.41 g; Sól: 4.94 g;	E: 2342.32 kcal; B: 107.88 g; T: 79.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.68 g; W: 317.01 g; W tym cukry: 45.53 g; Bł.: 52.15 g; Sól: 7.56 g;	E: 2175.25 kcal; B: 91.90 g; T: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; W: 317.90 g; W tym cukry: 40.17 g; Bł.: 47.75 g; Sól: 9.39 g;	E: 2427.36 kcal; B: 106.85 g; T: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; W: 356.46 g; W tym cukry: 46.55 g; Bł.: 34.13 g; Sól: 7.98 g;	E: 2577.51 kcal; B: 107.33 g; T: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; W: 381.49 g; W tym cukry: 93.06 g; Bł.: 28.55 g; Sól: 7.27 g;	E: 2495.58 kcal; B: 107.55 g; T: 60.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; W: 391.77 g; W tym cukry: 101.36 g; Bł.: 28.78 g; Sól: 4.76 g;	E: 2188.32 kcal; B: 80.62 g; T: 59.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; W: 343.87 g; W tym cukry: 75.82 g; Bł.: 30.39 g; Sól: 7.54 g;	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-15 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Marchew gotowana z olejem () 100 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Pomarańcza 150 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne 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 Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 150 g
		II ŚN	Pomarańcza 150 g							Banan 150 g	
2023-12-15 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g Szos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
		PD	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt								

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-15 piątek	Kolacja	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 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>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Kalafior gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 10 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 Sałata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	
	E: 2572.53 kcal; B: 119.01 g; T: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; W: 388.35 g; W tym cukry: 103.53 g; Bł.: 35.54 g; Sól: 6.76 g;	E: 2542.54 kcal; B: 119.15 g; T: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; W: 386.95 g; W tym cukry: 103.27 g; Bł.: 35.30 g; Sól: 7.37 g;	E: 2589.54 kcal; B: 121.75 g; T: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; W: 393.45 g; W tym cukry: 102.87 g; Bł.: 28.70 g; Sól: 7.18 g;	E: 2498.84 kcal; B: 121.09 g; T: 61.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; W: 384.23 g; W tym cukry: 95.27 g; Bł.: 24.68 g; Sól: 7.14 g;	E: 2238.18 kcal; B: 117.40 g; T: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; W: 301.50 g; W tym cukry: 47.13 g; Bł.: 44.75 g; Sól: 7.06 g;	E: 2088.46 kcal; B: 98.78 g; T: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 12.62 g; W: 299.74 g; W tym cukry: 34.12 g; Bł.: 47.25 g; Sól: 8.60 g;	E: 2205.01 kcal; B: 113.55 g; T: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.95 g; W: 312.71 g; W tym cukry: 39.48 g; Bł.: 25.63 g; Sól: 7.66 g;	E: 2588.45 kcal; B: 117.58 g; T: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 406.22 g; W tym cukry: 108.83 g; Bł.: 28.43 g; Sól: 7.13 g;	E: 2524.59 kcal; B: 120.14 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; W: 385.21 g; W tym cukry: 97.84 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 6.55 g;	E: 2150.31 kcal; B: 91.73 g; T: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.87 g; W: 342.52 g; W tym cukry: 64.42 g; Bł.: 26.12 g; Sól: 6.71 g;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL ,) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL ,) Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL ,) Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Szynkowa z indyka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE ,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Mix sałat 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN				Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-16 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-16 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z marchewki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Słupki z marchewki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 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 25 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 10 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 Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt		
	E: 2769.03 kcal; B: 130.59 g; T: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.64 g; W: 390.27 g; W tym cukry: 72.50 g; Bł.: 38.60 g; Sól: 11.63 g;	E: 2822.33 kcal; B: 134.03 g; T: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 37.84 g; W: 395.66 g; W tym cukry: 77.11 g; Bł.: 38.77 g; Sól: 11.73 g;	E: 2772.12 kcal; B: 130.76 g; T: 81.70 g; Kw. tł. nasy.: 37.59 g; W: 389.08 g; W tym cukry: 76.88 g; Bł.: 28.34 g; Sól: 11.53 g;	E: 2555.37 kcal; B: 123.37 g; T: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; W: 402.64 g; W tym cukry: 89.52 g; Bł.: 29.30 g; Sól: 9.08 g;	E: 2467.75 kcal; B: 132.96 g; T: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.42 g; W: 344.51 g; W tym cukry: 48.54 g; Bł.: 53.09 g; Sól: 12.26 g;	E: 2183.10 kcal; B: 110.09 g; T: 59.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; W: 326.55 g; W tym cukry: 41.20 g; Bł.: 51.63 g; Sól: 11.40 g;	E: 2454.72 kcal; B: 128.93 g; T: 62.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; W: 359.56 g; W tym cukry: 54.23 g; Bł.: 32.34 g; Sól: 10.87 g;	E: 2611.84 kcal; B: 110.44 g; T: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; W: 437.72 g; W tym cukry: 110.29 g; Bł.: 31.71 g; Sól: 9.92 g;	E: 2501.41 kcal; B: 119.91 g; T: 54.22 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 397.10 g; W tym cukry: 84.81 g; Bł.: 29.10 g; Sól: 8.97 g;	E: 2029.47 kcal; B: 92.32 g; T: 38.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.41 g; W: 339.54 g; W tym cukry: 83.14 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 8.49 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 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 Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Dyńka z wody 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g
		II ŚN		Banan 150 g		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
		Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml		
2023-12-17 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 2 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 25 g Hummus 80 g (SEZ.) Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Rukola 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 10 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-17 KUCHNIA SIEDLCE

2023-12-17 niedziela

SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbożona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
E: 2426.20 kcal; B: 110.02 g; T: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.41 g; W: 359.55 g; W tym cukry: 112.02 g; Bł.: 33.13 g; Sól: 7.87 g;	E: 2573.60 kcal; B: 110.22 g; T: 67.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; W: 396.25 g; W tym cukry: 138.08 g; Bł.: 33.96 g; Sól: 7.91 g;	E: 2662.10 kcal; B: 112.95 g; T: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.54 g; W: 413.25 g; W tym cukry: 147.18 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 7.72 g;	E: 2524.35 kcal; B: 111.01 g; T: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 388.68 g; W tym cukry: 127.64 g; Bł.: 21.07 g; Sól: 7.60 g;	E: 2378.68 kcal; B: 121.33 g; T: 81.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; W: 312.85 g; W tym cukry: 43.45 g; Bł.: 48.06 g; Sól: 10.04 g;	E: 2425.40 kcal; B: 110.49 g; T: 91.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.36 g; W: 304.82 g; W tym cukry: 31.19 g; Bł.: 44.72 g; Sól: 10.15 g;	E: 2411.95 kcal; B: 126.13 g; T: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; W: 317.62 g; W tym cukry: 34.40 g; Bł.: 22.72 g; Sól: 8.86 g;	E: 2500.43 kcal; B: 107.34 g; T: 55.62 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; W: 397.96 g; W tym cukry: 127.25 g; Bł.: 23.94 g; Sól: 8.85 g;	E: 2375.64 kcal; B: 110.76 g; T: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 351.69 g; W tym cukry: 101.39 g; Bł.: 20.18 g; Sól: 7.54 g;	E: 2190.39 kcal; B: 97.28 g; T: 56.91 g; Kw. tł. nasy.: 13.50 g; W: 328.70 g; W tym cukry: 78.00 g; Bł.: 20.18 g; Sól: 8.27 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-11 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g	
		II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Kiwi 1 szt 1 szt		
		Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą (bez glutenu) * 150 g (SEL.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-11 poniedziałek	PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 20 g Sałata zielona 10 g			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
3-12-11 poniedziałek	E: 2169.74 kcal; B: 96.29 g; T: 46.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.61 g; W: 353.71 g; W tym cukry: 78.64 g; Bł.: 28.34 g; Sól: 7.38 g;	E: 2361.11 kcal; B: 86.26 g; T: 77.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; W: 345.88 g; W tym cukry: 72.50 g; Bł.: 45.01 g; Sól: 9.07 g;	E: 2615.39 kcal; B: 111.08 g; T: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; W: 405.93 g; W tym cukry: 106.22 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 8.80 g;	E: 2311.33 kcal; B: 95.02 g; T: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; W: 353.14 g; W tym cukry: 55.84 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 9.15 g;	E: 1790.93 kcal; B: 46.27 g; T: 52.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; W: 289.52 g; W tym cukry: 62.35 g; Bł.: 20.00 g; Sól: 3.15 g;	E: 1827.87 kcal; B: 33.56 g; T: 45.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.00 g; W: 327.51 g; W tym cukry: 62.74 g; Bł.: 19.32 g; Sól: 2.67 g;	E: 1584.29 kcal; B: 63.23 g; T: 39.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; W: 251.43 g; W tym cukry: 71.13 g; Bł.: 21.53 g; Sól: 4.95 g;	E: 2332.71 kcal; B: 91.98 g; T: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; W: 370.77 g; W tym cukry: 83.79 g; Bł.: 33.59 g; Sól: 8.99 g;	E: 2384.33 kcal; B: 86.59 g; T: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 359.06 g; W tym cukry: 85.04 g; Bł.: 43.86 g; Sól: 8.99 g;	E: 2307.59 kcal; B: 64.17 g; T: 77.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; W: 346.99 g; W tym cukry: 82.08 g; Bł.: 25.09 g; Sól: 5.74 g;
2023-12-12 wtorek Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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 Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, GOR) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 75 g (SOJ. GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	
II ŚN		Pomarańcza 150 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE) Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g				Pomarańcza 150 g		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-12 wtorek	Obiad	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Szynka wieprzowa gotowana 30 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 90 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron bezglutenowy 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia z wody 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		PD		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (GOR, _) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (GOR, _) Sałata zielona 10 g			Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE, _) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE, _)	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-12 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa 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 15 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Rukola 20 g Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (SEL.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt										
	E: 2567.91 kcal; B: 137.02 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; W: 394.60 g; W tym cukry: 113.18 g; Bł.: 24.21 g; Sól: 7.33 g;	E: 2325.88 kcal; B: 130.47 g; T: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; W: 317.12 g; W tym cukry: 66.90 g; Bł.: 44.06 g; Sól: 8.06 g;	E: 2797.27 kcal; B: 141.48 g; T: 68.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; W: 412.77 g; W tym cukry: 102.69 g; Bł.: 29.03 g; Sól: 9.74 g;	E: 2463.37 kcal; B: 113.61 g; T: 62.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; W: 371.26 g; W tym cukry: 74.62 g; Bł.: 28.58 g; Sól: 8.87 g;	E: 1977.95 kcal; B: 49.62 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.13 g; W: 342.50 g; W tym cukry: 105.30 g; Bł.: 16.78 g; Sól: 2.48 g;	E: 1884.42 kcal; B: 37.36 g; T: 43.46 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; W: 339.08 g; W tym cukry: 102.97 g; Bł.: 15.77 g; Sól: 1.78 g;	E: 2135.53 kcal; B: 109.71 g; T: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 304.98 g; W tym cukry: 107.33 g; Bł.: 21.20 g; Sól: 5.89 g;	E: 2928.61 kcal; B: 148.40 g; T: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; W: 425.08 g; W tym cukry: 111.57 g; Bł.: 28.77 g; Sól: 9.09 g;	E: 2497.20 kcal; B: 133.71 g; T: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; W: 359.70 g; W tym cukry: 104.46 g; Bł.: 44.51 g; Sól: 8.08 g;	E: 2405.23 kcal; B: 115.34 g; T: 61.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; W: 350.60 g; W tym cukry: 108.59 g; Bł.: 22.27 g; Sól: 5.39 g;	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-13 środa	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 zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Mix sałat 20 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	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 50 g (SOJ.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	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.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 70 g Mix sałat 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g
		II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g			Jabłko 150 g	Gruszka 150 g		
2023-12-13 środa	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Kotlet mielony drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-13 środa	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) Salata zielona 10 g			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u>)	Mieszanka studencka 30 g (<u>OZI, ORZ</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		
	Kolejacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy pszenno-żytni 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-13 środa PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g			Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_)	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE,_)
	E: 2423.95 kcal; B: 114.27 g; T: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.31 g; W: 377.91 g; W tym cukry: 75.28 g; Bł.: 25.58 g; Sól: 8.27 g;	E: 2745.97 kcal; B: 112.75 g; T: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; W: 419.37 g; W tym cukry: 78.45 g; Bł.: 39.63 g; Sól: 10.44 g;	E: 2647.79 kcal; B: 108.92 g; T: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; W: 435.46 g; W tym cukry: 107.51 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 9.13 g;	E: 2189.55 kcal; B: 89.39 g; T: 46.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 367.23 g; W tym cukry: 61.70 g; Bł.: 29.50 g; Sól: 9.90 g;	E: 1829.75 kcal; B: 41.61 g; T: 44.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; W: 321.44 g; W tym cukry: 78.97 g; Bł.: 19.51 g; Sól: 3.17 g;	E: 1741.52 kcal; B: 33.32 g; T: 39.27 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; W: 320.22 g; W tym cukry: 78.95 g; Bł.: 19.48 g; Sól: 2.94 g;	E: 2140.04 kcal; B: 81.71 g; T: 62.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; W: 329.17 g; W tym cukry: 103.85 g; Bł.: 22.05 g; Sól: 5.35 g;	E: 3080.64 kcal; B: 111.02 g; T: 96.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; W: 462.22 g; W tym cukry: 100.01 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 9.64 g;	E: 2855.62 kcal; B: 115.83 g; T: 84.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; W: 428.34 g; W tym cukry: 87.05 g; Bł.: 39.63 g; Sól: 10.37 g;	E: 2214.64 kcal; B: 85.61 g; T: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 340.67 g; W tym cukry: 73.03 g; Bł.: 19.99 g; Sól: 5.11 g;
2023-12-14 czwartek Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Papryka świeża 70 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,_) Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE,_) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Ser mozzarella 40 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Ser mozzarella 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ,_) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Ser mozzarella 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,_) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Papryka świeża 70 g Roszponka 20 g Jabłko 150 g
	II ŚN	Melón 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Melón 150 g			

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-14 czwartek	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (SEL.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 150 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z selera i jabłka () 50 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 300 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g				Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-14 czwartek	Kolacja	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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ. GOR.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 30 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z ziołami 20 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 200 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ, MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron bezglutenowy z serem 300 g (MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt								
PN										
	E: 2357.78 kcal; B: 104.92 g; T: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.07 g; W: 374.10 g; W tym cukry: 87.95 g; Bł.: 20.34 g; Sól: 6.59 g;	E: 2497.06 kcal; B: 112.12 g; T: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; W: 367.32 g; W tym cukry: 75.12 g; Bł.: 34.80 g; Sól: 7.03 g;	E: 2760.55 kcal; B: 115.01 g; T: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; W: 440.38 g; W tym cukry: 118.08 g; Bł.: 30.62 g; Sól: 5.13 g;	E: 2391.37 kcal; B: 86.96 g; T: 66.76 g; Kw. tł. nasy.: 13.86 g; W: 373.42 g; W tym cukry: 76.09 g; Bł.: 32.42 g; Sól: 8.79 g;	E: 2338.37 kcal; B: 49.93 g; T: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 386.16 g; W tym cukry: 102.83 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 1.68 g;	E: 2077.95 kcal; B: 34.33 g; T: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; W: 357.45 g; W tym cukry: 94.61 g; Bł.: 20.85 g; Sól: 1.45 g;	E: 2169.02 kcal; B: 87.55 g; T: 47.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.59 g; W: 357.04 g; W tym cukry: 102.35 g; Bł.: 24.53 g; Sól: 3.98 g;	E: 3086.94 kcal; B: 131.86 g; T: 80.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 474.69 g; W tym cukry: 118.00 g; Bł.: 35.39 g; Sól: 6.07 g;	E: 2951.27 kcal; B: 128.33 g; T: 77.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; W: 450.11 g; W tym cukry: 111.61 g; Bł.: 39.86 g; Sól: 5.30 g;	E: 2420.99 kcal; B: 100.53 g; T: 58.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; W: 381.22 g; W tym cukry: 105.56 g; Bł.: 24.61 g; Sól: 2.94 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Banan 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Wafle ryżowe 60 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 80 g (MLE.) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomarańcza 150 g
	II ŚN		Pomarańcza 150 g	Pomarańcza 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Pomarańcza 150 g			Pomarańcza 150 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 50 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 40 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-15 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)
	E: 2603.83 kcal; B: 123.71 g; T: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.89 g; W: 402.93 g; W tym cukry: 114.72 g; Bł.: 27.67 g; Sól: 5.87 g;	E: 2512.73 kcal; B: 123.07 g; T: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.30 g; W: 371.11 g; W tym cukry: 84.71 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 6.65 g;	E: 2853.99 kcal; B: 129.69 g; T: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.09 g; W: 433.23 g; W tym cukry: 134.07 g; Bł.: 30.36 g; Sól: 7.12 g;	E: 2208.31 kcal; B: 93.33 g; T: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; W: 354.01 g; W tym cukry: 64.42 g; Bł.: 26.45 g; Sól: 7.57 g;	E: 1893.89 kcal; B: 49.74 g; T: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; W: 306.91 g; W tym cukry: 71.99 g; Bł.: 16.29 g; Sól: 2.08 g;	E: 1889.85 kcal; B: 43.27 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; W: 316.44 g; W tym cukry: 80.64 g; Bł.: 16.29 g; Sól: 2.04 g;	E: 1728.81 kcal; B: 85.13 g; T: 40.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; W: 270.68 g; W tym cukry: 98.97 g; Bł.: 18.08 g; Sól: 3.92 g;	E: 2540.81 kcal; B: 121.58 g; T: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; W: 392.83 g; W tym cukry: 103.57 g; Bł.: 27.42 g; Sól: 7.13 g;	E: 2504.74 kcal; B: 119.43 g; T: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; W: 379.81 g; W tym cukry: 105.51 g; Bł.: 42.44 g; Sól: 6.73 g;	E: 2256.80 kcal; B: 100.00 g; T: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.84 g; W: 323.39 g; W tym cukry: 80.69 g; Bł.: 22.17 g; Sól: 3.02 g;

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u>..</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u>..</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE , <u>..</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u>..</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , <u>..</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE , <u>..</u>) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE , <u>..</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE , <u>..</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE , <u>..</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 20 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 250 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u>..</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE , <u>..</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u>..</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u>..</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , <u>..</u>) Ser żółty 25 g (MLE , <u>..</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u>..</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , <u>..</u>) Ser żółty 25 g (MLE , <u>..</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL , <u>..</u>) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u>..</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , <u>..</u>) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g
	II ŚN		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (MLE , <u>..</u>)	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-16 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Sałatka szwedzka b/c () 100 g (GOR, _) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ, _) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Gulasz wołowy 60 g (GLU PSZ, _) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wołowy 80 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 100 g Sałatka szwedzka () 100 g (GOR, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza gryczana 180 g Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ, _) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR, _) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 10 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE, _)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE, _)		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-16 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 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU 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 Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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 Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	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 Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g
	E: 2457.81 kcal; B: 123.89 g; T: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; W: 399.65 g; W tym cukry: 86.92 g; Bł.: 27.16 g; Sól: 8.06 g;	E: 2611.00 kcal; B: 138.37 g; T: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 387.41 g; W tym cukry: 54.96 g; Bł.: 47.77 g; Sól: 10.32 g;	E: 2722.30 kcal; B: 137.49 g; T: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; W: 418.14 g; W tym cukry: 103.01 g; Bł.: 31.59 g; Sól: 8.70 g;	E: 2182.09 kcal; B: 92.39 g; T: 38.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.40 g; W: 377.68 g; W tym cukry: 113.51 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 8.55 g;	E: 2068.60 kcal; B: 48.51 g; T: 47.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; W: 367.92 g; W tym cukry: 72.49 g; Bł.: 19.63 g; Sól: 2.97 g;	E: 2027.64 kcal; B: 42.99 g; T: 46.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; W: 366.60 g; W tym cukry: 72.42 g; Bł.: 19.58 g; Sól: 2.71 g;	E: 2029.08 kcal; B: 102.13 g; T: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; W: 272.98 g; W tym cukry: 73.76 g; Bł.: 18.59 g; Sól: 8.17 g;	E: 2745.24 kcal; B: 127.92 g; T: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.42 g; W: 391.90 g; W tym cukry: 76.83 g; Bł.: 26.27 g; Sól: 10.92 g;	E: 2735.11 kcal; B: 134.29 g; T: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; W: 375.23 g; W tym cukry: 67.87 g; Bł.: 44.09 g; Sól: 10.96 g;	E: 2463.07 kcal; B: 101.66 g; T: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 382.99 g; W tym cukry: 84.51 g; Bł.: 21.24 g; Sól: 5.46 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g
		II ŚN	Banan 150 g	Banan 150 g Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Banan 150 g				Banan 150 g	
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 50 g Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 100 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-17 niedziela	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,_)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE ,_) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT ,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,_) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT ,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE ,_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE ,_) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,_) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,_) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt										

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-17 KUCHNIA SIEDLCE

2023-12-17 niedziela

SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
E: 2258.42 kcal; B: 109.49 g; T: 51.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; W: 345.67 g; W tym cukry: 94.71 g; Bł.: 17.80 g; Sól: 6.60 g;	E: 2422.46 kcal; B: 110.36 g; T: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.23 g; W: 362.03 g; W tym cukry: 113.26 g; Bł.: 41.10 g; Sól: 7.34 g;	E: 2667.69 kcal; B: 123.75 g; T: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; W: 395.70 g; W tym cukry: 132.79 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 8.02 g;	E: 2337.13 kcal; B: 97.46 g; T: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; W: 365.24 g; W tym cukry: 103.95 g; Bł.: 20.97 g; Sól: 8.30 g;	E: 1844.74 kcal; B: 48.56 g; T: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; W: 286.17 g; W tym cukry: 67.28 g; Bł.: 11.76 g; Sól: 4.13 g;	E: 1887.10 kcal; B: 40.43 g; T: 52.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.70 g; W: 314.00 g; W tym cukry: 94.86 g; Bł.: 11.79 g; Sól: 2.61 g;	E: 1789.78 kcal; B: 75.66 g; T: 45.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; W: 279.25 g; W tym cukry: 133.48 g; Bł.: 17.53 g; Sól: 4.14 g;	E: 2614.06 kcal; B: 112.32 g; T: 67.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; W: 400.68 g; W tym cukry: 137.81 g; Bł.: 25.20 g; Sól: 7.71 g;	E: 2501.88 kcal; B: 110.50 g; T: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; W: 380.63 g; W tym cukry: 131.84 g; Bł.: 41.10 g; Sól: 7.27 g;	E: 2433.23 kcal; B: 95.68 g; T: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; W: 350.17 g; W tym cukry: 110.37 g; Bł.: 19.42 g; Sól: 4.49 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-11 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Hummus 80 g (SEZ.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE.)</p> <p>Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ. GOR.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor b/skórki 70 g</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.)</p> <p>Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ. GOR.)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p> <p>Pomidor b/skórki 70 g</p>
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	<p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Surówka z marchwi z olejem () 100 g</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.)</p> <p>Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 200 g</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Pierogi z serem - chłodzone 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p> <p>Polewka truskawkowa 80 g (MLE.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p> <p>Polewka truskawkowa 80 g (MLE.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	
2023-12-11 poniedziałek	PD		Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _) Kefir 2% tł 150 ml (MLE, _)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (RYB, SEL, _) Ser żółty 25 g (MLE, _) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL, _) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL, _) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL, _) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Sałata zielona 30 g	
	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt				

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
3-12-11 poniedziałek		E: 2583.92 kcal; B: 78.51 g; T: 99.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; W: 357.78 g; W tym cukry: 86.36 g; Bł.: 41.44 g; Sól: 9.53 g;	E: 2301.25 kcal; B: 96.11 g; T: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 18.53 g; W: 379.33 g; W tym cukry: 84.86 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 7.03 g;	E: 1686.53 kcal; B: 76.79 g; T: 42.18 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; W: 250.21 g; W tym cukry: 72.45 g; Bł.: 16.05 g; Sól: 4.10 g;	E: 2476.11 kcal; B: 108.57 g; T: 60.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.42 g; W: 374.32 g; W tym cukry: 77.41 g; Bł.: 24.19 g; Sól: 7.22 g;
2023-12-12 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Hummus 60 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (<u>SOJ, GOR</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Banan 150 g		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-12 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 90 g (GLU PSZ, _) Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Dyńia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE, _)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE, _) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _)	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-12 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Dżem 25 g 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 ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
		E: 2886.98 kcal; B: 100.92 g; T: 105.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.59 g; W: 390.96 g; W tym cukry: 102.12 g; Bł.: 33.59 g; Sól: 10.77 g;	E: 2413.92 kcal; B: 111.78 g; T: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; W: 377.62 g; W tym cukry: 109.45 g; Bł.: 19.23 g; Sól: 4.90 g;	E: 1849.17 kcal; B: 66.22 g; T: 42.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; W: 303.63 g; W tym cukry: 109.85 g; Bł.: 15.34 g; Sól: 3.96 g;	E: 2747.04 kcal; B: 103.42 g; T: 67.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 438.24 g; W tym cukry: 119.25 g; Bł.: 24.27 g; Sól: 6.67 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-13 środa	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzepa biała 80 g Mix sałat 20 g Gruszka 150 g</p>	<p>Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.)</p>	<p>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 zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g</p>
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	<p>Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-13 środa	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u> , <u>_</u>) Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Paszтет z soczewicy () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-13 środa	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE , Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2 , _)			
		E: 3160.20 kcal; B: 98.27 g; T: 122.63 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; W: 432.25 g; W tym cukry: 80.35 g; Bł.: 42.23 g; Sól: 8.53 g;	E: 2532.02 kcal; B: 95.45 g; T: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; W: 397.14 g; W tym cukry: 83.45 g; Bł.: 23.62 g; Sól: 6.74 g;	E: 1952.78 kcal; B: 79.00 g; T: 46.82 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; W: 311.49 g; W tym cukry: 92.62 g; Bł.: 19.29 g; Sól: 5.52 g;	E: 2643.36 kcal; B: 102.58 g; T: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; W: 429.95 g; W tym cukry: 95.52 g; Bł.: 26.70 g; Sól: 8.37 g;
2023-12-14 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE , _) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , _) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ , _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , _) Ser mozzarella 80 g (MLE , _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , _) Papryka świeża 80 g Roszponka 20 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE , _) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ , _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , _) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE , _) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczon y 25 g	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE , _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ , _) Masło extra 82% 5 g (MLE , _) Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ , _) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE , _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ , _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE , _) Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ , _) Sałata zielona 30 g
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-14 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL, _) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Schab gotowany 100 g Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g (SEL, _) Surówka z selera i jabłka () 100 g (MLE, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _)	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (SEL, _) Surówka z selera i jabłka () 200 g (MLE, SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*/z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _)
	PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE, _)	Maślanka truskawkowa 100 ml (MLE, _) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE, _) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-14 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Makaron z serem 300 g (GLU PSZ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 75 g (SOJ. GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 200 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			
		E: 2513.95 kcal; B: 99.27 g; T: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; W: 390.79 g; W tym cukry: 110.74 g; Bł.: 36.80 g; Sól: 3.85 g;	E: 2437.00 kcal; B: 119.91 g; T: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; W: 363.47 g; W tym cukry: 81.41 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 6.39 g;	E: 1901.86 kcal; B: 71.29 g; T: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; W: 311.31 g; W tym cukry: 89.96 g; Bł.: 22.60 g; Sól: 3.34 g;	E: 2792.55 kcal; B: 106.56 g; T: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; W: 450.10 g; W tym cukry: 101.32 g; Bł.: 36.30 g; Sól: 5.16 g;

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	
2023-12-15 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 80 g (MLE, _) Pomidor 80 g Kielki rzodkiewki 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Pomarańcza 150 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 80 g (MLE, _)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 30 g (MLE, _) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 80 g (MLE, _) Kielki rzodkiewki 20 g Pomidor b/skórki 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _)
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _) Banan 150 g	Pomarańcza 150 g	
		Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Łosoś pieczony 120 g (RYB, _) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Łosoś pieczony 60 g (RYB, _) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE, _) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Wafle ryżowe 30 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-15 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>) Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	
		E: 2538.54 kcal; B: 119.10 g; T: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; W: 386.25 g; W tym cukry: 102.97 g; Bł.: 32.75 g; Sól: 6.90 g;	E: 2834.79 kcal; B: 126.02 g; T: 66.81 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 450.78 g; W tym cukry: 136.68 g; Bł.: 25.90 g; Sól: 5.48 g;	E: 1637.41 kcal; B: 75.48 g; T: 38.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; W: 262.40 g; W tym cukry: 89.28 g; Bł.: 15.63 g; Sól: 3.90 g;	E: 2545.53 kcal; B: 121.71 g; T: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; W: 388.04 g; W tym cukry: 95.32 g; Bł.: 24.84 g; Sól: 7.21 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Twaróg półtłusty 80 g (MLE ,) Ser żółty 25 g (MLE ,) Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzon a,parzona 25 g	Ryż na mleku 250 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE ,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g	

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-11 do dnia 2023-12-17 KUCHNIA SIEDLCE

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-16 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ.) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałatka szwedzka () 100 g (GOR.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JEĆZ.) Klopsik wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-16 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 30 g (SOJ, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek ziamisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)			Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Bułka maślana 50g 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		E: 2619.15 kcal; B: 126.48 g; T: 64.61 g; Kw. tł. nasy.: 29.75 g; W: 395.72 g; W tym cukry: 71.45 g; Bł.: 44.68 g; Sól: 9.18 g;	E: 2694.08 kcal; B: 128.42 g; T: 68.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 402.68 g; W tym cukry: 74.25 g; Bł.: 26.55 g; Sól: 8.71 g;	E: 1840.70 kcal; B: 90.69 g; T: 42.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; W: 284.15 g; W tym cukry: 80.81 g; Bł.: 19.17 g; Sól: 5.45 g;	E: 2688.40 kcal; B: 123.63 g; T: 63.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; W: 420.41 g; W tym cukry: 93.76 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 9.29 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Ser topiony 25g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 40 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN		Banan 150 g	Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Banan 150 g
	Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka Colesław () 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-12-17 niedziela	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt			

2023-12-17 niedziela

SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
E: 2243.95 kcal; B: 89.35 g; T: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 19.85 g; W: 368.85 g; W tym cukry: 112.14 g; Bł.: 40.10 g; Sól: 5.43 g;	E: 2560.62 kcal; B: 109.42 g; T: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; W: 398.20 g; W tym cukry: 137.82 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 7.03 g;	E: 1733.76 kcal; B: 76.28 g; T: 41.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; W: 268.54 g; W tym cukry: 123.33 g; Bł.: 13.74 g; Sól: 4.00 g;	E: 2523.69 kcal; B: 110.99 g; T: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 388.53 g; W tym cukry: 127.54 g; Bł.: 21.04 g; Sól: 7.59 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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