

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN	Jabłko 150 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g Kefir 2% tł 150 ml (MLE.)	Jabłko 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko 150 g	Jabłko 150 g	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 () 200 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 () 200 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 () 200 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 () 200 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 () 200 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 () 200 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 () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 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 20 g Sałata zielona 10 g		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 40 g (<u>MLE.</u>)		
	E: 2172.63 kcal; B: 76.47 g; T: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; W: 327.83 g; W tym cukry: 78.04 g; Bł.: 41.58 g; Sól: 10.19 g;	E: 2410.23 kcal; B: 86.22 g; T: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 371.48 g; W tym cukry: 92.89 g; Bł.: 41.58 g; Sól: 10.48 g;	E: 2451.67 kcal; B: 110.51 g; T: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; W: 370.36 g; W tym cukry: 82.10 g; Bł.: 32.34 g; Sól: 7.43 g;	E: 2572.63 kcal; B: 92.90 g; T: 77.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; W: 390.45 g; W tym cukry: 109.13 g; Bł.: 34.90 g; Sól: 10.37 g;	E: 2679.79 kcal; B: 119.08 g; T: 64.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 407.22 g; W tym cukry: 103.62 g; Bł.: 24.57 g; Sól: 7.46 g;	E: 2301.29 kcal; B: 86.89 g; T: 81.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; W: 330.20 g; W tym cukry: 56.49 g; Bł.: 54.98 g; Sól: 10.65 g;	E: 2218.57 kcal; B: 79.36 g; T: 79.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; W: 321.08 g; W tym cukry: 48.63 g; Bł.: 54.98 g; Sól: 11.21 g;	E: 2252.47 kcal; B: 90.73 g; T: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 343.97 g; W tym cukry: 49.72 g; Bł.: 35.83 g; Sól: 10.43 g;	E: 2133.82 kcal; B: 85.56 g; T: 56.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; W: 336.52 g; W tym cukry: 81.60 g; Bł.: 34.55 g; Sól: 9.02 g;	E: 1953.17 kcal; B: 82.67 g; T: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; W: 293.33 g; W tym cukry: 50.33 g; Bł.: 27.35 g; Sól: 7.59 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-14 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 50 g (MLE,_) Sałata zielona 20 g (MLE,_) Banan 150 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 50 g (MLE,_) Sałata zielona 20 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 70 g (MLE,_)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 70 g (MLE,_)	Maślanka 150 ml (MLE,_) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (MLE,_) Ogórek kiszony 70 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (MLE,_)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (GLU PSZ,_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (GLU PSZ,_) Schab Ojca 10 g (GLU PSZ,_) Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ,_) Ogórek kiszony 70 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (MLE,_)	Maślanka 150 ml (MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (GLU PSZ,_) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE,_) Pomidor b/skórki 70 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (MLE,_)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło extra 82% 10 g (MLE,_) Pasta z twarogu z kurcząt 75 g (MLE,_) Pomidor b/skórki 70 g (MLE,_) Banan 150 g (MLE,_)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (MLE,_) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (GLU PSZ,_) Baton szynkowy z kurcząt 75 g (GLU PSZ,_) Pomidor b/skórki 70 g (MLE,_) Banan 150 g (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (MLE,_)	
		II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE,_)				Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g		
		Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)	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,_) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)	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,_) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)	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,_) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml (GLU PSZ,_)	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml (GLU PSZ,_)	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml (GLU PSZ,_)	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,_) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ,_) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (GLU PSZ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g (GLU PSZ,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (GLU PSZ,_)

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-14 wtorek	PD	Banan 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 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 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 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 20 g	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 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	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.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	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.) Sałata zielona 30 g		
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-14 wtorek	E: 2235.33 kcal; B: 108.37 g; T: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; W: 339.67 g; W tym cukry: 84.47 g; Bł.: 32.01 g; Sól: 7.73 g;	E: 2542.83 kcal; B: 116.97 g; T: 64.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; W: 386.67 g; W tym cukry: 93.47 g; Bł.: 33.61 g; Sól: 8.29 g;	E: 2660.11 kcal; B: 124.26 g; T: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; W: 398.30 g; W tym cukry: 104.77 g; Bł.: 33.71 g; Sól: 8.52 g;	E: 2587.91 kcal; B: 119.39 g; T: 64.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; W: 392.77 g; W tym cukry: 92.80 g; Bł.: 26.73 g; Sól: 8.45 g;	E: 2723.70 kcal; B: 114.19 g; T: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 414.82 g; W tym cukry: 99.91 g; Bł.: 26.40 g; Sól: 8.51 g;	E: 2261.88 kcal; B: 116.58 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 26.27 g; W: 323.77 g; W tym cukry: 52.26 g; Bł.: 50.93 g; Sól: 10.01 g;	E: 2174.23 kcal; B: 108.33 g; T: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.55 g; W: 305.46 g; W tym cukry: 33.64 g; Bł.: 50.93 g; Sól: 10.17 g;	E: 2389.22 kcal; B: 117.59 g; T: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; W: 351.13 g; W tym cukry: 50.56 g; Bł.: 28.98 g; Sól: 9.58 g;	E: 2335.71 kcal; B: 111.40 g; T: 56.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 353.81 g; W tym cukry: 91.25 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 6.77 g;	E: 2181.46 kcal; B: 96.30 g; T: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; W: 336.03 g; W tym cukry: 72.62 g; Bł.: 25.38 g; Sól: 7.41 g;
2023-11-15 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-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 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 żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Salata zielona 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.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 50 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 30 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.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
II ŚN		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 b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	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 JEĆZ.)	Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-15 środa	Obiad	Grysikowa () 300 ml (GLU PSZ, 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 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 () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 Jabłko 150 g	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 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Gruszka 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	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 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasztet z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-15 środa	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)		
		E: 2290.71 kcal; B: 87.97 g; T: 70.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; W: 343.70 g; W tym cukry: 72.56 g; Bł.: 36.06 g; Sól: 8.06 g;	E: 2630.71 kcal; B: 98.84 g; T: 83.15 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; W: 391.76 g; W tym cukry: 97.56 g; Bł.: 36.10 g; Sól: 8.29 g;	E: 2609.11 kcal; B: 97.07 g; T: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.81 g; W: 400.16 g; W tym cukry: 97.56 g; Bł.: 36.10 g; Sól: 8.29 g;	E: 2797.47 kcal; B: 103.97 g; T: 89.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; W: 410.26 g; W tym cukry: 96.53 g; Bł.: 30.03 g; Sól: 8.18 g;	E: 2356.07 kcal; B: 91.96 g; T: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.93 g; W: 400.95 g; W tym cukry: 119.14 g; Bł.: 28.72 g; Sól: 7.88 g;	E: 2332.94 kcal; B: 98.05 g; T: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 359.14 g; W tym cukry: 52.89 g; Bł.: 44.27 g; Sól: 10.12 g;	E: 2203.11 kcal; B: 89.34 g; T: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; W: 357.85 g; W tym cukry: 54.89 g; Bł.: 44.27 g; Sól: 10.09 g;	E: 2183.96 kcal; B: 92.94 g; T: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; W: 345.48 g; W tym cukry: 47.41 g; Bł.: 27.65 g; Sól: 10.64 g;	E: 1979.38 kcal; B: 82.80 g; T: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; W: 321.56 g; W tym cukry: 70.20 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.59 g;	E: 1864.93 kcal; B: 76.75 g; T: 40.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.05 g; W: 310.21 g; W tym cukry: 57.83 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.82 g;
2023-11-16 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 25 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 25 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 25 g (SOJ.) Papryka świeża 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 25 g (SOJ.) Papryka świeża 70 g	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 50 g (SOJ.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 70 g	Kefir 2% tł 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 25 g (SOJ.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 50 g (SOJ.) Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jabłko pieczone 150 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-16 czwartek	II ŚN		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u> , Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ,)				Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (<u>JAJ</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Ziemniaki () 180 g	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (<u>JAJ</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Ziemniaki () 180 g	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u> , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u> , Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<u>SEL</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> ,)	Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u> , Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			
	PD			Jabłko 150 g				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 20 g Salata zielona 20 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 20 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g		
Kolacja		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> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g	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> , Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> , Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE</u> ,)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , Leczo z indykiem 300 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzykowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-16 czwartek	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>)		
		E: 2430.35 kcal; B: 95.93 g; T: 66.56 g; Kw. tł. nasy.: 19.25 g; W: 379.75 g; W tym cukry: 86.40 g; Bł.: 38.17 g; Sól: 9.39 g;	E: 2672.15 kcal; B: 103.19 g; T: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; W: 420.79 g; W tym cukry: 96.45 g; Bł.: 38.56 g; Sól: 9.76 g;	E: 2722.42 kcal; B: 105.72 g; T: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; W: 428.08 g; W tym cukry: 96.87 g; Bł.: 32.05 g; Sól: 9.57 g;	E: 2862.92 kcal; B: 118.33 g; T: 71.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; W: 446.36 g; W tym cukry: 105.11 g; Bł.: 34.96 g; Sól: 4.82 g;	E: 2286.56 kcal; B: 97.33 g; T: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; W: 324.66 g; W tym cukry: 52.09 g; Bł.: 51.83 g; Sól: 10.26 g;	E: 2187.07 kcal; B: 85.19 g; T: 74.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; W: 318.63 g; W tym cukry: 43.86 g; Bł.: 52.11 g; Sól: 10.26 g;	E: 2492.84 kcal; B: 99.55 g; T: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 371.57 g; W tym cukry: 54.70 g; Bł.: 35.84 g; Sól: 8.50 g;	E: 2392.59 kcal; B: 94.12 g; T: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; W: 372.69 g; W tym cukry: 91.50 g; Bł.: 32.94 g; Sól: 6.12 g;	E: 2390.76 kcal; B: 84.15 g; T: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; W: 384.05 g; W tym cukry: 77.34 g; Bł.: 34.16 g; Sól: 7.12 g;	
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Maślanka 150 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	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 extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Banan 150 g Kawa zbożowa z mlekem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ,</u>) Salata zielona 30 g Banan 150 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Banan 150 g			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-17 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Koperkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) 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 Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 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 Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g			

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-17 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.)				
		E: 2587.77 kcal; B: 103.59 g; T: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 378.89 g; W tym cukry: 113.20 g; Bł.: 36.53 g; Sól: 7.26 g;	E: 2718.11 kcal; B: 106.56 g; T: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 407.89 g; W tym cukry: 113.20 g; Bł.: 36.53 g; Sól: 7.26 g;	E: 2858.51 kcal; B: 117.21 g; T: 82.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; W: 424.98 g; W tym cukry: 122.62 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 7.08 g;	E: 2463.91 kcal; B: 109.84 g; T: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 385.41 g; W tym cukry: 105.68 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 6.49 g;	E: 2347.94 kcal; B: 117.60 g; T: 75.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; W: 321.95 g; W tym cukry: 50.75 g; Bł.: 49.09 g; Sól: 7.30 g;	E: 2239.01 kcal; B: 99.07 g; T: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; W: 323.44 g; W tym cukry: 37.98 g; Bł.: 51.56 g; Sól: 9.55 g;	E: 2408.64 kcal; B: 118.37 g; T: 69.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 339.19 g; W tym cukry: 46.18 g; Bł.: 30.30 g; Sól: 7.98 g;	E: 2392.05 kcal; B: 104.54 g; T: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; W: 363.29 g; W tym cukry: 107.29 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 6.84 g;	E: 2134.02 kcal; B: 84.28 g; T: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; W: 339.18 g; W tym cukry: 84.66 g; Bł.: 28.43 g; Sól: 7.35 g;		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Jabłko 150 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Sałata zielona 30 g Ketchup 20 g (SEL.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dodat.wody, białka wp 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dodat.wody, białka wp 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN		Jabłko 150 g Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)		Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-18 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, _) Sałatka szwedzka () 200 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 wieprzowy 150 g (GLU PSZ, _) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR, _) 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, _) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, _) Sałatka szwedzka b/c () 200 g (GOR, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy-dieta 120 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 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 wieprzowy-dieta 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 wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szyńka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g				

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-18 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			
		E: 2267.41 kcal; B: 94.65 g; T: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; W: 322.87 g; W tym cukry: 60.72 g; Bł.: 34.49 g; Sól: 12.14 g;	E: 2650.21 kcal; B: 104.07 g; T: 87.32 g; Kw. tł. nasy.: 36.59 g; W: 376.21 g; W tym cukry: 79.02 g; Bł.: 35.33 g; Sól: 12.68 g;	E: 2581.54 kcal; B: 96.26 g; T: 81.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.85 g; W: 378.90 g; W tym cukry: 91.02 g; Bł.: 34.52 g; Sól: 12.33 g;	E: 2506.50 kcal; B: 100.65 g; T: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; W: 344.41 g; W tym cukry: 66.59 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 13.01 g;	E: 2526.79 kcal; B: 96.16 g; T: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; W: 397.29 g; W tym cukry: 75.56 g; Bł.: 25.34 g; Sól: 9.13 g;	E: 2269.89 kcal; B: 106.68 g; T: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; W: 326.49 g; W tym cukry: 38.78 g; Bł.: 49.17 g; Sól: 12.32 g;	E: 2190.39 kcal; B: 104.93 g; T: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.78 g; W: 316.75 g; W tym cukry: 31.14 g; Bł.: 49.17 g; Sól: 12.82 g;	E: 2277.32 kcal; B: 97.89 g; T: 61.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 347.62 g; W tym cukry: 48.38 g; Bł.: 31.08 g; Sól: 12.26 g;	E: 2178.35 kcal; B: 89.47 g; T: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 349.63 g; W tym cukry: 71.56 g; Bł.: 28.06 g; Sól: 8.90 g;	E: 1973.96 kcal; B: 84.94 g; T: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; W: 315.27 g; W tym cukry: 58.30 g; Bł.: 28.04 g; Sól: 9.49 g;	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-11-19 niedziela	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Rzepa biała 50 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Rzepa biała 50 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzepa biała 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzepa biała 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzepa biała 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)</p> <p>Rzepa biała 30 g</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE.)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.)</p> <p>Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g (SOJ, SEL.)</p> <p>Salata zielona 30 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	
		II ŚN		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)				Gruszka 150 g	Gruszka 150 g Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jabłko pieczone 150 g		
		Obiad		<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g</p> <p>Surówka Coleslaw () 200 g (JAJ, MLE, GOR.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g</p> <p>Surówka Coleslaw () 200 g (JAJ, MLE, GOR.)</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml</p>				

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-19 niedziela	PD		Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Papryka świeża 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g	
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE.</u>)		

2023-11-19 niedziela

SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
E: 2361.48 kcal; B: 106.46 g; T: 67.69 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; W: 349.07 g; W tym cukry: 108.56 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 7.62 g;	E: 2533.48 kcal; B: 113.56 g; T: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; W: 375.04 g; W tym cukry: 126.36 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 7.90 g;	E: 2604.34 kcal; B: 115.82 g; T: 71.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 387.51 g; W tym cukry: 133.19 g; Bł.: 26.00 g; Sól: 7.67 g;	E: 2410.83 kcal; B: 115.22 g; T: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; W: 359.42 g; W tym cukry: 110.09 g; Bł.: 23.91 g; Sól: 7.80 g;	E: 2406.59 kcal; B: 120.32 g; T: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; W: 318.73 g; W tym cukry: 47.61 g; Bł.: 47.53 g; Sól: 9.63 g;	E: 2312.37 kcal; B: 110.21 g; T: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; W: 329.26 g; W tym cukry: 43.31 g; Bł.: 46.81 g; Sól: 10.29 g;	E: 2296.73 kcal; B: 120.67 g; T: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; W: 316.80 g; W tym cukry: 29.47 g; Bł.: 26.45 g; Sól: 10.16 g;	E: 2238.26 kcal; B: 108.09 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.85 g; W: 333.32 g; W tym cukry: 92.20 g; Bł.: 23.88 g; Sól: 7.51 g;	E: 2021.12 kcal; B: 92.33 g; T: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; W: 311.85 g; W tym cukry: 68.61 g; Bł.: 23.81 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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JEĆZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 70 g
		II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Jabłko 150 g		
		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 b/c () 200 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 () 200 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 () 200 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 () 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 () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Surówka z marchwi 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 () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
PD		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE.</u>)	Kefir 2% tł 150 ml (<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 kurcząt 20 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<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 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Papryka świeża 70 g
PN										
	E: 2035.35 kcal; B: 93.99 g; T: 46.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; W: 325.11 g; W tym cukry: 72.39 g; Bł.: 29.59 g; Sól: 7.65 g;	E: 2233.03 kcal; B: 83.78 g; T: 77.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; W: 321.15 g; W tym cukry: 65.69 g; Bł.: 48.60 g; Sól: 9.78 g;	E: 2430.35 kcal; B: 109.80 g; T: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; W: 361.38 g; W tym cukry: 87.37 g; Bł.: 28.73 g; Sól: 9.09 g;	E: 2157.04 kcal; B: 89.34 g; T: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; W: 323.73 g; W tym cukry: 49.35 g; Bł.: 31.52 g; Sól: 8.98 g;	E: 1767.13 kcal; B: 48.65 g; T: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; W: 280.19 g; W tym cukry: 61.62 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 4.42 g;	E: 1655.90 kcal; B: 26.20 g; T: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.52 g; W: 297.21 g; W tym cukry: 79.08 g; Bł.: 24.45 g; Sól: 3.18 g;	E: 1913.46 kcal; B: 45.06 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.89 g;	E: 1489.16 kcal; B: 63.93 g; T: 39.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 227.76 g; W tym cukry: 71.97 g; Bł.: 22.35 g; Sól: 5.18 g;	E: 2249.10 kcal; B: 88.91 g; T: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; W: 356.89 g; W tym cukry: 84.45 g; Bł.: 35.41 g; Sól: 8.94 g;	E: 2286.43 kcal; B: 83.92 g; T: 74.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; W: 342.25 g; W tym cukry: 86.77 g; Bł.: 48.60 g; Sól: 9.70 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-14 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana 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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana 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) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 75 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 50 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Banan 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Banan 150 g	
		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* 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g 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 () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron 180 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g 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* 200 g (GLU PSZ) 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* 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL) Herbata czarna ekspresowa 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) 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 () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-14 wtorek	PD		Banan 150 g	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.)	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.)			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Banan 150 g		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	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.) Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlika drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlika drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Pomidor 30 g Sałata zielona 20 g	Kakao z mlekiem 250 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Sałata zielona 30 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-14 Wtorek	E: 2223.79 kcal; B: 114.13 g; T: 43.69 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; W: 351.38 g; W tym cukry: 89.81 g; Bł.: 20.34 g; Sól: 5.47 g;	E: 2198.91 kcal; B: 115.14 g; T: 63.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; W: 307.29 g; W tym cukry: 67.20 g; Bł.: 42.13 g; Sól: 7.88 g;	E: 2652.28 kcal; B: 123.64 g; T: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; W: 391.31 g; W tym cukry: 68.39 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 8.56 g;	E: 2371.75 kcal; B: 102.32 g; T: 61.67 g; Kw. tł. nasy.: 13.80 g; W: 364.77 g; W tym cukry: 72.62 g; Bł.: 27.03 g; Sól: 8.76 g;	E: 1908.53 kcal; B: 49.93 g; T: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; W: 317.34 g; W tym cukry: 82.83 g; Bł.: 15.33 g; Sól: 2.73 g;	E: 1805.70 kcal; B: 35.81 g; T: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; W: 321.19 g; W tym cukry: 89.79 g; Bł.: 14.85 g; Sól: 1.57 g;	E: 1913.46 kcal; B: 45.06 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.89 g;	E: 1919.14 kcal; B: 90.29 g; T: 47.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; W: 287.71 g; W tym cukry: 103.32 g; Bł.: 18.37 g; Sól: 4.69 g;	E: 2710.66 kcal; B: 126.64 g; T: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; W: 406.06 g; W tym cukry: 106.14 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 7.46 g;	E: 2274.25 kcal; B: 112.08 g; T: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; W: 339.07 g; W tym cukry: 96.96 g; Bł.: 42.63 g; Sól: 7.65 g;
2023-11-15 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 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	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 z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g
II ŚN		Gruszka 150 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-15 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 50 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 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	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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 () 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.) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		Kolacja	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Gruszka 150 g	Chleb mieszany 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	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Jabłko 150 g	Gruszka 150 g		
			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 50 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paszтет z soczewicy () 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-15 środa	PN										
		E: 1922.13 kcal; B: 90.06 g; T: 34.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; W: 324.65 g; W tym cukry: 71.75 g; Bł.: 23.44 g; Sól: 8.06 g;	E: 2334.97 kcal; B: 94.47 g; T: 56.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; W: 379.42 g; W tym cukry: 82.00 g; Bł.: 37.12 g; Sól: 7.92 g;	E: 2309.78 kcal; B: 92.20 g; T: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; W: 381.47 g; W tym cukry: 95.50 g; Bł.: 25.75 g; Sól: 7.81 g;	E: 2051.09 kcal; B: 83.21 g; T: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.59 g; W: 339.03 g; W tym cukry: 57.96 g; Bł.: 27.40 g; Sól: 9.13 g;	E: 1629.25 kcal; B: 41.56 g; T: 44.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.02 g; W: 271.36 g; W tym cukry: 56.49 g; Bł.: 17.40 g; Sól: 3.21 g;	E: 1588.82 kcal; B: 29.02 g; T: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; W: 288.48 g; W tym cukry: 74.98 g; Bł.: 17.77 g; Sól: 2.36 g;	E: 1913.46 kcal; B: 44.96 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.86 g;	E: 1815.27 kcal; B: 69.42 g; T: 52.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.46 g; W: 275.28 g; W tym cukry: 92.44 g; Bł.: 19.93 g; Sól: 4.67 g;	E: 2757.22 kcal; B: 99.87 g; T: 82.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; W: 417.62 g; W tym cukry: 96.53 g; Bł.: 30.03 g; Sól: 7.74 g;	E: 2388.74 kcal; B: 93.88 g; T: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; W: 360.03 g; W tym cukry: 74.05 g; Bł.: 32.98 g; Sól: 10.29 g;
2023-11-16 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Papryka świeża 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Jabłko pieczone 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE, _) Dżem 25 g Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Jabłko pieczone 150 g Dżem 50 g Salata zielona 30 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Papryka świeża 70 g

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
II ŚN		Jabłko 150 g	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>)	Jabłko pieczone 150 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Maślanka truskawkowa 100 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>)	Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)
Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , <u>_</u>) Ryz na sypko 200 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> , <u>_</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 200 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>)	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 150 g (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 300 g (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 250 g (<u>JAJ</u> , <u>_</u>) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g
PD		Maślanka truskawkowa 150 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>)	Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 20 g Sałata zielona 20 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Jabłko 150 g		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Leczo z indykiem 300 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>) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pomidor 50 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p 25 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p 25 g Pomidor 50 g Miód (25g) 1 szt	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , <u>_</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-16 czwartek	PN										
		E: 2382.80 kcal; B: 99.87 g; T: 56.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.29 g; W: 384.01 g; W tym cukry: 90.36 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 5.47 g;	E: 2368.42 kcal; B: 99.65 g; T: 72.50 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; W: 347.52 g; W tym cukry: 55.46 g; Bł.: 39.92 g; Sól: 7.96 g;	E: 2671.97 kcal; B: 103.91 g; T: 74.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 412.02 g; W tym cukry: 101.97 g; Bł.: 33.70 g; Sól: 7.09 g;	E: 2374.04 kcal; B: 81.65 g; T: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; W: 373.70 g; W tym cukry: 76.77 g; Bł.: 34.93 g; Sól: 8.08 g;	E: 2073.98 kcal; B: 48.54 g; T: 63.84 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; W: 334.45 g; W tym cukry: 80.38 g; Bł.: 23.86 g; Sól: 2.55 g;	E: 1872.25 kcal; B: 31.66 g; T: 54.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; W: 322.45 g; W tym cukry: 86.13 g; Bł.: 22.14 g; Sól: 2.31 g;	E: 1978.77 kcal; B: 46.67 g; T: 16.21 g; Kw. tł. nasy.: 0.99 g; W: 412.63 g; W tym cukry: 45.22 g; Bł.: 10.51 g; Sól: 0.89 g;	E: 1920.99 kcal; B: 69.99 g; T: 45.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; W: 320.77 g; W tym cukry: 88.58 g; Bł.: 26.69 g; Sól: 4.79 g;	E: 2696.78 kcal; B: 105.79 g; T: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; W: 423.78 g; W tym cukry: 108.92 g; Bł.: 39.10 g; Sól: 7.05 g;	E: 2426.32 kcal; B: 97.99 g; T: 66.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; W: 381.35 g; W tym cukry: 93.48 g; Bł.: 45.55 g; Sól: 6.47 g;
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Banan 150 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Płatki pszenne na wodzie 300 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (<u>SOJ, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 25 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bułka pszenna długa żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)
	II ŚN			Banan 150 g				Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g		Banan 1szt. 1 szt	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-17 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)
		Ziemniaki () 180 g Ryba gotowana (Miruna) 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	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 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	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 50 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	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 40 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	Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 40 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	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g				Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-17 piątek PN	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g
		E: 2227.89 kcal; B: 106.42 g; T: 46.67 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; W: 357.83 g; W tym cukry: 101.56 g; Bł.: 26.35 g; Sól: 5.82 g;	E: 2469.38 kcal; B: 114.72 g; T: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; W: 368.39 g; W tym cukry: 92.28 g; Bł.: 38.84 g; Sól: 6.55 g;	E: 2522.38 kcal; B: 107.51 g; T: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; W: 392.29 g; W tym cukry: 107.29 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 6.84 g;	E: 2289.95 kcal; B: 87.86 g; T: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 10.93 g; W: 373.81 g; W tym cukry: 84.66 g; Bł.: 28.76 g; Sól: 7.51 g;	E: 1852.87 kcal; B: 44.22 g; T: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 18.39 g; W: 287.84 g; W tym cukry: 69.70 g; Bł.: 19.59 g; Sól: 2.36 g;	E: 1807.76 kcal; B: 37.70 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; W: 286.88 g; W tym cukry: 68.85 g; Bł.: 19.59 g; Sól: 2.28 g;	E: 1915.04 kcal; B: 45.62 g; T: 16.28 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 396.75 g; W tym cukry: 44.32 g; Bł.: 8.05 g; Sól: 0.89 g;	E: 1841.59 kcal; B: 73.54 g; T: 47.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; W: 286.96 g; W tym cukry: 111.02 g; Bł.: 17.74 g; Sól: 3.51 g;	E: 2786.89 kcal; B: 110.12 g; T: 78.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.00 g; W: 423.77 g; W tym cukry: 121.62 g; Bł.: 29.20 g; Sól: 6.83 g;

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 75 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Ryż na mleku 250 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 60 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 60 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 60 g Ketchup 20 g (SEL) Sałata zielona 30 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g
	II ŚN		Jabłko 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g					Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-18 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy-dieta 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 wieprzowy 150 g (GLU PSZ, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ, _) Salatka szwedzka b/c () 200 g (GOR, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy-dieta 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 wieprzowy-dieta 80 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 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 wieprzowy-dieta 80 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 60 g (GLU PSZ, _) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ, _) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy-dieta 80 g (GLU PSZ, _) Buraczki gotowane () 100 g 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 wieprzowy 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 jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU PSZ, _) Salatka szwedzka () 200 g (GOR, _) 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, _) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Jabłko 150 g

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-18 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszaný pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g
	PN										
		E: 2131.55 kcal; B: 93.32 g; T: 44.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; W: 351.52 g; W tym cukry: 73.18 g; Bł.: 25.96 g; Sól: 7.99 g;	E: 2364.65 kcal; B: 106.62 g; T: 64.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.46 g; W: 361.28 g; W tym cukry: 74.10 g; Bł.: 45.60 g; Sól: 12.04 g;	E: 2415.60 kcal; B: 106.40 g; T: 67.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; W: 358.90 g; W tym cukry: 78.96 g; Bł.: 28.06 g; Sól: 9.30 g;	E: 2126.50 kcal; B: 85.01 g; T: 47.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; W: 353.39 g; W tym cukry: 88.65 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 9.55 g;	E: 1872.86 kcal; B: 43.36 g; T: 51.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; W: 316.62 g; W tym cukry: 58.46 g; Bł.: 20.90 g; Sól: 4.01 g;	E: 1843.56 kcal; B: 39.87 g; T: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; W: 326.59 g; W tym cukry: 59.07 g; Bł.: 20.24 g; Sól: 3.48 g;	E: 1986.54 kcal; B: 46.88 g; T: 16.19 g; Kw. tł. nasy.: 0.44 g; W: 414.77 g; W tym cukry: 44.80 g; Bł.: 10.13 g; Sól: 0.92 g;	E: 1683.51 kcal; B: 67.58 g; T: 59.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; W: 226.45 g; W tym cukry: 65.79 g; Bł.: 15.79 g; Sól: 5.73 g;	E: 2516.81 kcal; B: 100.51 g; T: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 35.97 g; W: 360.10 g; W tym cukry: 78.97 g; Bł.: 26.52 g; Sól: 9.66 g;	E: 2270.69 kcal; B: 100.03 g; T: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; W: 314.30 g; W tym cukry: 54.48 g; Bł.: 41.63 g; Sól: 11.65 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	
2023-11-19 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.) Sałata zielona 30 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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 75 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 65 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/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 extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
		II ŚN	Banan 150 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	Galaretką o smaku brzoskwiowym 200 g			Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Kleik ryżowy na wodzie 400 g	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
		Obiad	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 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 Surówka Colesław () 200 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 Brokuł gotowany* 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 Brokuł gotowany* 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 Ziemniaki () 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana 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 Colesław () 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 Colesław () 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
2023-11-19 niedziela	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Banan 150 g				Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Suchary b/c 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Kleik ryżowy na wodzie 400 g		Banan 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pomidor b/skórki 70 g	Kleik ryżowy na wodzie 400 g Suchary b/c 65 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica wiśniowa wędziona parzona z dodatkim wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędziona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Papryka świeża 70 g
	PN										

2023-11-19 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- Kleikowa rozszerzona	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa
E: 2133.44 kcal; B: 103.02 g; T: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; W: 326.66 g; W tym cukry: 85.45 g; Bł.: 21.40 g; Sól: 5.87 g;	E: 2366.31 kcal; B: 113.77 g; T: 71.87 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; W: 336.40 g; W tym cukry: 99.27 g; Bł.: 39.74 g; Sól: 7.34 g;	E: 2410.26 kcal; B: 115.20 g; T: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; W: 359.29 g; W tym cukry: 110.00 g; Bł.: 23.88 g; Sól: 7.79 g;	E: 2152.70 kcal; B: 99.97 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.99 g; W: 329.73 g; W tym cukry: 86.57 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 8.84 g;	E: 1686.61 kcal; B: 45.14 g; T: 50.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; W: 268.17 g; W tym cukry: 57.99 g; Bł.: 15.42 g; Sól: 4.10 g;	E: 1721.06 kcal; B: 34.38 g; T: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 293.51 g; W tym cukry: 85.07 g; Bł.: 14.85 g; Sól: 2.27 g;	E: 1913.46 kcal; B: 44.96 g; T: 16.15 g; Kw. tł. nasy.: 0.45 g; W: 397.24 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 8.03 g; Sól: 0.86 g;	E: 1697.78 kcal; B: 80.01 g; T: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; W: 248.06 g; W tym cukry: 111.28 g; Bł.: 15.37 g; Sól: 4.14 g;	E: 2562.84 kcal; B: 115.69 g; T: 71.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.49 g; W: 377.01 g; W tym cukry: 123.69 g; Bł.: 26.00 g; Sól: 7.67 g;	E: 2346.42 kcal; B: 116.74 g; T: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; W: 328.12 g; W tym cukry: 96.85 g; Bł.: 39.74 g; Sól: 7.83 g;

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-13 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ , GOR , <u> </u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , <u> </u>) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE , GLU JEĆZ , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u> </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Hummus 100 g (SEZ , <u> </u>) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE , GLU JEĆZ , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ , GOR , <u> </u>) Dżem 25 g 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE , GLU JEĆZ , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u> </u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u> </u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (SOJ , GOR , <u> </u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , <u> </u>) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE , GLU JEĆZ , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u> </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ , GLU ŻYT , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (SOJ , GOR , <u> </u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , <u> </u>) Pomidor b/skórki 70 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE , SEL , <u> </u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą (bez glutenu) * 150 g (SEL , <u> </u>) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE , SEL , <u> </u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU PSZ , SEL , <u> </u>) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL , <u> </u>) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ , JAJ , <u> </u>) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ , SEL , <u> </u>) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE , SEL , <u> </u>) Pierogi z serem - chłodzone 200 g (GLU PSZ , JAJ , MLE , <u> </u>) Polewka truskawkowa 80 g (MLE , <u> </u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE , SEL , <u> </u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (GLU PSZ , JAJ , MLE , <u> </u>) Polewka truskawkowa 80 g (MLE , <u> </u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	
2023-11-13 poniedziałek	PD			Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE, _</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL, _</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, _</u>) Salata zielona 30 g	
	PN						
		E: 2188.41 kcal; B: 57.33 g; T: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.32 g; W: 320.09 g; W tym cukry: 76.60 g; Bł.: 26.64 g; Sól: 5.93 g;	E: 2324.13 kcal; B: 61.99 g; T: 88.09 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; W: 336.76 g; W tym cukry: 78.38 g; Bł.: 41.46 g; Sól: 9.52 g;	E: 2182.30 kcal; B: 94.65 g; T: 52.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.56 g; W: 345.32 g; W tym cukry: 74.94 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 7.64 g;	E: 1677.53 kcal; B: 77.09 g; T: 41.53 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; W: 250.06 g; W tym cukry: 73.05 g; Bł.: 15.95 g; Sól: 3.67 g;	E: 2467.11 kcal; B: 108.87 g; T: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; W: 374.17 g; W tym cukry: 78.01 g; Bł.: 24.09 g; Sól: 6.79 g;	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-14 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u> </u>) Wafle ryżowe 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE , <u> </u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Ogórek kiszony 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u> </u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , <u> </u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE , <u> </u>) Ogórek kiszony 70 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u> </u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE , <u> </u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u> </u>) Masło extra 82% 5 g (MLE , <u> </u>) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE , <u> </u>) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , <u> </u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ , <u> </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , <u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE , <u> </u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE , <u> </u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE , <u> </u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02 , <u> </u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE , <u> </u>)	
	Obiad	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL , <u> </u>) Makaron bezglutenowy 180 g Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , <u> </u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE , <u> </u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , <u> </u>) Makaron 180 g (GLU PSZ , <u> </u>) Szyńka wieprzowa gotowana 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , <u> </u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ , <u> </u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , <u> </u>) Makaron 90 g (GLU PSZ , <u> </u>) Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ , <u> </u>) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , <u> </u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ , <u> </u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , <u> </u>) Makaron 180 g (GLU PSZ , <u> </u>) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ , <u> </u>) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ , <u> </u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ , <u> </u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-14 wtorek	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL ,) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR ,) Salata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Twarożek 100 g (MLE ,) Dżem 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL ,) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL ,) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g
	PN					

	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-14 wtorek	E: 2155.03 kcal; B: 94.42 g; T: 59.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; W: 317.42 g; W tym cukry: 85.39 g; Bł.: 20.89 g; Sól: 4.73 g;	E: 2410.64 kcal; B: 77.85 g; T: 84.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 348.23 g; W tym cukry: 82.00 g; Bł.: 32.67 g; Sól: 8.04 g;	E: 2423.93 kcal; B: 110.17 g; T: 55.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.79 g; W: 376.63 g; W tym cukry: 107.70 g; Bł.: 19.43 g; Sól: 4.95 g;	E: 1775.17 kcal; B: 65.32 g; T: 42.41 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; W: 287.63 g; W tym cukry: 98.85 g; Bł.: 15.34 g; Sól: 3.96 g;	E: 2673.04 kcal; B: 102.52 g; T: 66.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 422.24 g; W tym cukry: 108.25 g; Bł.: 24.27 g; Sól: 6.67 g;
2023-11-15 środa Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 25 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL,) Sałata zielona 30 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 żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Gruszka 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,) Sałata zielona 30 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 extra 82% 10 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wp. parzona 30 g (SOJ,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 30 g (SOJ, SEL,) Sałata zielona 30 g
II ŚN			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-15 środa	Obiad	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	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety gryczane z ciecierz. () 300 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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	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	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
	PD			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 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 extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 150 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-15 środa	PN					
		E: 2047.52 kcal; B: 76.73 g; T: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 300.88 g; W tym cukry: 69.59 g; Bł.: 18.04 g; Sól: 4.73 g;	E: 3039.81 kcal; B: 95.59 g; T: 117.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.22 g; W: 418.77 g; W tym cukry: 86.66 g; Bł.: 45.34 g; Sól: 6.82 g;	E: 2189.66 kcal; B: 85.23 g; T: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; W: 348.00 g; W tym cukry: 83.45 g; Bł.: 22.47 g; Sól: 7.18 g;	E: 1609.28 kcal; B: 67.50 g; T: 36.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; W: 260.49 g; W tym cukry: 92.62 g; Bł.: 18.14 g; Sól: 4.86 g;	E: 2299.86 kcal; B: 91.08 g; T: 51.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.63 g; W: 378.95 g; W tym cukry: 95.52 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 7.71 g;
2023-11-16 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>) Papryka świeża 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Jabłko 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (<u>SOJ</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 30 g

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-16 czwartek	II ŚN			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE,) 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,)
	Obiad	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL,) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL,) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g 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 marchwi z olejem () 100 g 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 marchwi z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ,)
	PD			Jabłko pieczone 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE,) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Leczo wegetariańskie 300 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL,)	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,)

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-16 czwartek	PN					
		E: 2334.10 kcal; B: 82.97 g; T: 79.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; W: 325.53 g; W tym cukry: 76.33 g; Bł.: 16.49 g; Sól: 5.33 g;	E: 2020.70 kcal; B: 60.81 g; T: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; W: 322.49 g; W tym cukry: 82.26 g; Bł.: 30.26 g; Sól: 7.63 g;	E: 2402.59 kcal; B: 106.98 g; T: 58.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 369.83 g; W tym cukry: 78.83 g; Bł.: 16.97 g; Sól: 5.50 g;	E: 1898.31 kcal; B: 70.57 g; T: 43.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.11 g; W: 310.96 g; W tym cukry: 93.86 g; Bł.: 21.32 g; Sól: 2.93 g;	E: 2794.45 kcal; B: 104.82 g; T: 68.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.95 g; W: 449.55 g; W tym cukry: 108.52 g; Bł.: 33.84 g; Sól: 4.76 g;
2023-11-17 piątek	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Wafle ryżowe 60 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Banan 150 g Sałata zielona 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Banan 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ,)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Twarożek 30 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ,)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Miód (25g) 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ,)
	II ŚN		Wafle ryżowe 30 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	Banan 1szt. 1 szt		

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-17 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 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 Ryba pieczona (Miruna) 60 g (RYB.) Sos cytrynowy 40 ml (GLU PSZ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Miruna) 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
	PD			Banan 150 g		Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r. z łatwostrawna
2023-11-17 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ.</u> <u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Surówka z rzodkwi i czarnuszki z koperkiem 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ.</u> <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>)
	PN					
		E: 2225.90 kcal; B: 86.55 g; T: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 324.90 g; W tym cukry: 103.98 g; Bł.: 23.15 g; Sól: 3.63 g;	E: 2593.62 kcal; B: 104.04 g; T: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.46 g; W: 379.05 g; W tym cukry: 111.51 g; Bł.: 33.52 g; Sól: 7.47 g;	E: 2433.47 kcal; B: 106.09 g; T: 56.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; W: 386.47 g; W tym cukry: 107.01 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 5.52 g;	E: 1717.35 kcal; B: 69.65 g; T: 37.49 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; W: 282.65 g; W tym cukry: 96.62 g; Bł.: 16.71 g; Sól: 3.19 g;	E: 2538.02 kcal; B: 102.73 g; T: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; W: 408.59 g; W tym cukry: 104.74 g; Bł.: 28.00 g; Sól: 6.55 g;

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-18 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus 150 g (SEZ.) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Ryż na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g				

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-18 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami - dieta () 300 ml (MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Sałatka szwedzka () 200 g (GOR, _) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JĘCZ, _) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Sałatka szwedzka () 200 g (GOR, _) 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 JĘCZ, _) 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 JĘCZ, _) 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 naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _)	

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-18 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Pomidor 50 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 extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g
	PN					
		E: 2150.50 kcal; B: 66.91 g; T: 67.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; W: 323.97 g; W tym cukry: 57.77 g; Bł.: 16.53 g; Sól: 7.57 g;	E: 2675.93 kcal; B: 91.95 g; T: 105.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; W: 346.62 g; W tym cukry: 58.12 g; Bł.: 44.07 g; Sól: 11.93 g;	E: 2218.55 kcal; B: 85.51 g; T: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; W: 345.82 g; W tym cukry: 70.80 g; Bł.: 26.10 g; Sól: 7.00 g;	E: 1616.84 kcal; B: 58.34 g; T: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; W: 250.80 g; W tym cukry: 65.36 g; Bł.: 17.63 g; Sól: 4.70 g;	E: 2456.65 kcal; B: 89.40 g; T: 67.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; W: 386.99 g; W tym cukry: 78.19 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 8.65 g;

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-19 niedziela	Śniadanie	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek ze słonecznikiem 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Rzepa biała 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Chleb bezglutenowy 120 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , <u>_</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek ze słonecznikiem 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Rzepa biała 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , <u>_</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>_</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>)				
	Obiad	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Colesław () 200 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u> , <u>_</u>) Surówka Colesław () 200 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) 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 (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 90 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Ziemniaki () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
2023-11-19 niedziela	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g
	PN					

2023-11-19 niedziela

SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna
E: 2375.12 kcal; B: 91.88 g; T: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; W: 341.88 g; W tym cukry: 107.59 g; Bł.: 21.26 g; Sól: 4.65 g;	E: 2179.44 kcal; B: 87.55 g; T: 49.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; W: 359.59 g; W tym cukry: 110.06 g; Bł.: 42.03 g; Sól: 5.61 g;	E: 2525.67 kcal; B: 114.40 g; T: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; W: 371.33 g; W tym cukry: 119.25 g; Bł.: 25.31 g; Sól: 6.18 g;	E: 1599.65 kcal; B: 80.41 g; T: 42.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; W: 230.69 g; W tym cukry: 95.09 g; Bł.: 14.05 g; Sól: 4.43 g;	E: 2411.23 kcal; B: 116.50 g; T: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; W: 359.32 g; W tym cukry: 110.42 g; Bł.: 23.88 g; Sól: 7.81 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odż.:

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

B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

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

Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,