

	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	
2023-11-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Śliwka szt 2 szt Pomidor 40 g Rzepa biała 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 40 g Rzepa biała 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g
		II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biskopki b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )			Śliwka szt 2 szt	Jabłko pieczone 150 g			
2023-11-06 poniedziałek	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/ml 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )	

		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
2023-11-06 poniedziałek	PD		Śliwka szt 2 szt		Banan 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 20 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 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 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 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 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		
		E: 2039.63 kcal; B: 76.99 g; T: 41.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; W: 356.58 g; W tym cukry: 97.40 g; Bł.: 31.08 g; Sól: 7.26 g;	E: 2358.03 kcal; B: 86.08 g; T: 48.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; W: 413.04 g; W tym cukry: 122.40 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 7.48 g;	E: 2725.61 kcal; B: 111.84 g; T: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; W: 434.22 g; W tym cukry: 123.58 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 7.52 g;	E: 2650.37 kcal; B: 106.81 g; T: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; W: 424.65 g; W tym cukry: 122.57 g; Bł.: 19.35 g; Sól: 7.24 g;	E: 2365.19 kcal; B: 77.91 g; T: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; W: 421.41 g; W tym cukry: 137.32 g; Bł.: 19.49 g; Sól: 6.04 g;	E: 1996.07 kcal; B: 78.61 g; T: 47.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 339.10 g; W tym cukry: 70.33 g; Bł.: 45.32 g; Sól: 8.88 g;	E: 2088.12 kcal; B: 90.06 g; T: 58.94 g; Kw. tł. nasy.: 12.92 g; W: 318.60 g; W tym cukry: 28.98 g; Bł.: 47.91 g; Sól: 10.20 g;	E: 2318.71 kcal; B: 100.67 g; T: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 352.96 g; W tym cukry: 37.22 g; Bł.: 25.06 g; Sól: 10.43 g;	E: 2075.55 kcal; B: 75.54 g; T: 38.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; W: 368.69 g; W tym cukry: 114.91 g; Bł.: 19.45 g; Sól: 7.04 g;	E: 2106.77 kcal; B: 81.53 g; T: 48.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; W: 347.14 g; W tym cukry: 67.98 g; Bł.: 21.59 g; Sól: 8.27 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	
2023-11-07 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g	
		II ŚN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> ) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			
		Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
PD		Jabłko 150 g				Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ. SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ. SEL.</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 z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <u>SOJ. SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g		
2023-11-07 wtorek Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 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 Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 30 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> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 30 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 Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</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> ) Ser żółty 20 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 Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 25 g ( <u>MLE.</u> )		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-07 wtorek	E: 2306.27 kcal; B: 103.17 g; T: 62.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; W: 349.94 g; W tym cukry: 72.69 g; Bł.: 36.08 g; Sól: 9.85 g;	E: 2613.77 kcal; B: 111.77 g; T: 72.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; W: 396.94 g; W tym cukry: 81.69 g; Bł.: 37.68 g; Sól: 10.41 g;	E: 2588.20 kcal; B: 113.54 g; T: 65.99 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; W: 400.92 g; W tym cukry: 82.69 g; Bł.: 34.06 g; Sól: 9.36 g;	E: 2508.35 kcal; B: 111.91 g; T: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; W: 366.16 g; W tym cukry: 84.87 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 6.92 g;	E: 2365.72 kcal; B: 112.74 g; T: 72.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; W: 338.80 g; W tym cukry: 35.67 g; Bł.: 46.69 g; Sól: 11.21 g;	E: 2407.60 kcal; B: 100.88 g; T: 84.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; W: 336.97 g; W tym cukry: 36.92 g; Bł.: 51.28 g; Sól: 11.17 g;	E: 2392.65 kcal; B: 108.07 g; T: 63.17 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; W: 364.80 g; W tym cukry: 39.74 g; Bł.: 34.18 g; Sól: 10.21 g;	E: 2403.58 kcal; B: 104.40 g; T: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; W: 384.80 g; W tym cukry: 75.05 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 9.02 g;	E: 2056.61 kcal; B: 90.89 g; T: 49.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.96 g; W: 327.24 g; W tym cukry: 53.74 g; Bł.: 28.99 g; Sól: 8.00 g;	
2023-11-08 środa	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kakao z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> , Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Kawa zbożowa 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurczą 25 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Kawa zbożowa z mlekem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , Kawa zbożowa 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Banan 150 g
II ŚN			Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> ,		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g			
Obiad	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> , Sałatka szwedzka () 200 g ( <u>GOR</u> , Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-08 środa	PD		Banan 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Paszтет drobiowy z kurnej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor 70 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> )		

	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
2023-11-08 środa	E: 2161.97 kcal; B: 86.17 g; T: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; W: 340.28 g; W tym cukry: 91.36 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 8.51 g;	E: 2471.97 kcal; B: 94.13 g; T: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 382.28 g; W tym cukry: 91.36 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 8.85 g;	E: 2498.35 kcal; B: 96.28 g; T: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; W: 383.40 g; W tym cukry: 95.31 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 8.91 g;	E: 2567.74 kcal; B: 103.65 g; T: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 391.06 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 21.65 g; Sól: 8.68 g;	E: 2512.47 kcal; B: 110.76 g; T: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 392.07 g; W tym cukry: 79.82 g; Bł.: 21.25 g; Sól: 6.70 g;	E: 2075.30 kcal; B: 103.71 g; T: 48.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 324.07 g; W tym cukry: 49.56 g; Bł.: 38.05 g; Sól: 11.49 g;	E: 1994.25 kcal; B: 93.27 g; T: 48.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.41 g; W: 314.42 g; W tym cukry: 43.08 g; Bł.: 38.05 g; Sól: 11.84 g;	E: 2159.02 kcal; B: 103.97 g; T: 51.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; W: 328.49 g; W tym cukry: 44.15 g; Bł.: 27.11 g; Sól: 9.33 g;	E: 2118.15 kcal; B: 95.83 g; T: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; W: 339.06 g; W tym cukry: 88.73 g; Bł.: 21.22 g; Sól: 6.33 g;	E: 1882.60 kcal; B: 83.13 g; T: 37.40 g; Kw. tł. nasy.: 9.09 g; W: 311.31 g; W tym cukry: 68.99 g; Bł.: 21.01 g; Sól: 7.57 g;
2023-11-09 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 30 g Pomidor 40 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 30 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 30 g Pomidor 40 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g
II ŚN			Gruszka 150 g		Jabłko 150 g		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-09 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		
	PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g ( <u>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> ) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g ( <u>SOJ.</u> ) 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	
2023-11-09 czwartek	Kolacja	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> )				Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ) 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> ) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g ( <u>MLE, _</u> )	Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Pomidor b/skórki 70 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 z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 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> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> )						
	E: 2498.38 kcal; B: 109.88 g; T: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; W: 385.23 g; W tym cukry: 89.78 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 5.85 g;	E: 2781.31 kcal; B: 112.39 g; T: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; W: 446.30 g; W tym cukry: 130.12 g; Bł.: 35.11 g; Sól: 6.12 g;	E: 2785.40 kcal; B: 113.71 g; T: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; W: 444.52 g; W tym cukry: 124.71 g; Bł.: 31.49 g; Sól: 6.72 g;	E: 2621.14 kcal; B: 106.74 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; W: 437.76 g; W tym cukry: 120.69 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 4.88 g;	E: 2335.79 kcal; B: 98.94 g; T: 74.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; W: 340.00 g; W tym cukry: 62.51 g; Bł.: 53.45 g; Sól: 10.83 g;	E: 2198.38 kcal; B: 91.53 g; T: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.64 g; W: 332.35 g; W tym cukry: 54.80 g; Bł.: 51.04 g; Sól: 10.85 g;	E: 2325.75 kcal; B: 98.96 g; T: 60.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 360.09 g; W tym cukry: 52.17 g; Bł.: 29.69 g; Sól: 10.08 g;	E: 2440.53 kcal; B: 111.90 g; T: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; W: 378.64 g; W tym cukry: 79.80 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 4.78 g;	E: 2014.89 kcal; B: 82.51 g; T: 47.58 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 326.50 g; W tym cukry: 60.65 g; Bł.: 26.61 g; Sól: 7.56 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
2023-11-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,_)</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE,_)</b> Słupki z marchewki 30 g Rzepa biała 40 g Śliwka szt 2 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,_)</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE,_)</b> Słupki z marchewki 30 g Rzepa biała 40 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,_)</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,_)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <b>MLE,_)</b> Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,_)</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <b>MLE,_)</b> Salata zielona 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,_)</b> Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Twarożek 100 g ( <b>MLE,_)</b> Salata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 75 g ( <b>SOJ, SEL,_)</b> Salata zielona 30 g Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b>	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,_)</b> Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Twarożek 80 g ( <b>MLE,_)</b> Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL,_)</b> Salata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,_)</b> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,_)</b> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE,_)</b> Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_)</b> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,_)</b> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 50 g ( <b>SOJ, SEL,_)</b> Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE,_)</b> Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,_)</b>		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			
		Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,_)</b> Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,_)</b> Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,_)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,_)</b> Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,_)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,_)</b> Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,_)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,_)</b> Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,_)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL,_)</b> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB,_)</b> Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,_)</b> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-10 piątek	PD	Banan 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g 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> ) Serek homo z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Salata 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</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 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</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 jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g		
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g			
		E: 2478.19 kcal; B: 101.25 g; T: 82.02 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; W: 349.02 g; W tym cukry: 88.79 g; Bł.: 33.04 g; Sól: 7.76 g;	E: 2731.69 kcal; B: 109.83 g; T: 85.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; W: 396.93 g; W tym cukry: 115.28 g; Bł.: 34.12 g; Sól: 7.94 g;	E: 2800.59 kcal; B: 120.52 g; T: 87.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; W: 396.41 g; W tym cukry: 114.69 g; Bł.: 28.90 g; Sól: 7.37 g;	E: 2594.05 kcal; B: 121.87 g; T: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 399.13 g; W tym cukry: 118.67 g; Bł.: 26.71 g; Sól: 6.35 g;	E: 2266.78 kcal; B: 113.74 g; T: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 300.37 g; W tym cukry: 35.68 g; Bł.: 45.82 g; Sól: 8.43 g;	E: 2039.87 kcal; B: 92.56 g; T: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; W: 289.80 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 45.74 g; Sól: 9.80 g;	E: 2347.04 kcal; B: 113.20 g; T: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 340.47 g; W tym cukry: 40.03 g; Bł.: 29.64 g; Sól: 8.74 g;	E: 2277.92 kcal; B: 102.14 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 352.67 g; W tym cukry: 94.37 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 6.14 g;	E: 1982.88 kcal; B: 81.69 g; T: 46.85 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 321.58 g; W tym cukry: 72.12 g; Bł.: 26.81 g; Sól: 6.74 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	
2023-11-11 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadanej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Platki owsiane na wodzie 300 g ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Platki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	
		II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )				Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g			
		Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 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
2023-11-11 sobota	PD	Banan 150 g					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 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 Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 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> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 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> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	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> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów (b/ml) 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy 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> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )		
	PN						Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		
		E: 2454.76 kcal; B: 85.78 g; T: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; W: 367.55 g; W tym cukry: 90.66 g; Bł.: 36.08 g; Sól: 10.76 g;	E: 2786.96 kcal; B: 94.91 g; T: 84.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; W: 425.15 g; W tym cukry: 125.71 g; Bł.: 36.51 g; Sól: 11.21 g;	E: 2825.81 kcal; B: 97.21 g; T: 84.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 429.81 g; W tym cukry: 123.93 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 11.00 g;	E: 2556.36 kcal; B: 90.93 g; T: 51.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; W: 447.32 g; W tym cukry: 131.46 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 8.24 g;	E: 2273.35 kcal; B: 92.67 g; T: 64.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 354.59 g; W tym cukry: 53.91 g; Bł.: 49.79 g; Sól: 9.56 g;	E: 2203.83 kcal; B: 88.65 g; T: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; W: 345.76 g; W tym cukry: 46.31 g; Bł.: 49.79 g; Sól: 9.79 g;	E: 2319.72 kcal; B: 95.98 g; T: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; W: 380.91 g; W tym cukry: 50.06 g; Bł.: 31.65 g; Sól: 9.85 g;	E: 2222.04 kcal; B: 89.49 g; T: 45.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; W: 378.86 g; W tym cukry: 87.35 g; Bł.: 29.11 g; Sól: 7.23 g;	E: 2124.62 kcal; B: 80.96 g; T: 37.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.28 g; W: 379.45 g; W tym cukry: 77.20 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 7.01 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	
2023-11-12 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 50 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Salata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ogórek kiszony 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )				Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Kapusta zasmażana 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Podstawowa dziecięca	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-12 niedziela	PD Kolacja	Jabłko 150 g				Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 20 g			
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędziona z dodatkami wody 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 70 g
						Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta w parzonym z dodatkami wody 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedykta w parzonym z dodatkami wody 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Benedykta w parzonym z dodatkami wody 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> )			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbożona	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
2023-11-12 niedziela	E: 1965.70 kcal; B: 98.40 g; T: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; W: 282.20 g; W tym cukry: 75.66 g; Bł.: 28.95 g; Sól: 7.70 g;	E: 2475.40 kcal; B: 112.97 g; T: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; W: 372.61 g; W tym cukry: 75.66 g; Bł.: 32.41 g; Sól: 9.43 g;	E: 2514.08 kcal; B: 112.53 g; T: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 375.79 g; W tym cukry: 78.80 g; Bł.: 37.79 g; Sól: 10.18 g;	E: 2510.68 kcal; B: 113.99 g; T: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; W: 370.42 g; W tym cukry: 74.91 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 9.49 g;	E: 2589.65 kcal; B: 106.16 g; T: 73.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; W: 390.24 g; W tym cukry: 77.19 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 10.28 g;	E: 2282.41 kcal; B: 113.50 g; T: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; W: 318.75 g; W tym cukry: 48.49 g; Bł.: 49.00 g; Sól: 11.46 g;	E: 2157.02 kcal; B: 107.31 g; T: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 16.95 g; W: 311.28 g; W tym cukry: 41.24 g; Bł.: 51.66 g; Sól: 12.69 g;	E: 2368.22 kcal; B: 113.35 g; T: 68.72 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; W: 340.02 g; W tym cukry: 46.17 g; Bł.: 33.08 g; Sól: 10.54 g;	E: 2174.52 kcal; B: 102.25 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; W: 330.07 g; W tym cukry: 78.66 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 8.32 g;	E: 2077.21 kcal; B: 90.52 g; T: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.01 g; W: 330.75 g; W tym cukry: 83.02 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 8.65 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- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sliwka szt 2 szt Pomidor 70 g
		II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	
		Obiad	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* b/ml 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> )	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-06 poniedziałek	PD		Śliwka szt 2 szt	Banan 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u> )			Banan 150 g		Śliwka szt 2 szt	
	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 twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 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 Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 20 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 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 twarogu z koperkiem 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Papryka świeża 50 g Salata zielona 20 g
	PN	E: 2028.75 kcal; B: 79.39 g; T: 30.79 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 370.58 g; W tym cukry: 116.53 g; Bł.: 17.35 g; Sól: 6.13 g;	E: 1974.31 kcal; B: 78.43 g; T: 44.02 g; Kw. tł. nasy.: 15.91 g; W: 333.65 g; W tym cukry: 92.89 g; Bł.: 38.17 g; Sól: 6.91 g;	E: 2440.63 kcal; B: 87.97 g; T: 49.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 424.15 g; W tym cukry: 139.91 g; Bł.: 19.49 g; Sól: 6.90 g;	E: 2415.40 kcal; B: 85.48 g; T: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 422.18 g; W tym cukry: 107.15 g; Bł.: 22.17 g; Sól: 8.48 g;	E: 2112.68 kcal; B: 41.34 g; T: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; W: 387.99 g; W tym cukry: 143.25 g; Bł.: 12.36 g; Sól: 1.57 g;	E: 1878.41 kcal; B: 31.50 g; T: 44.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; W: 343.05 g; W tym cukry: 126.81 g; Bł.: 11.00 g; Sól: 1.41 g;	E: 2015.98 kcal; B: 78.67 g; T: 50.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; W: 317.09 g; W tym cukry: 125.92 g; Bł.: 12.62 g; Sól: 3.98 g;	E: 2762.10 kcal; B: 110.41 g; T: 63.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; W: 446.45 g; W tym cukry: 141.18 g; Bł.: 19.17 g; Sól: 7.32 g;	E: 2157.97 kcal; B: 81.82 g; T: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 376.23 g; W tym cukry: 117.19 g; Bł.: 33.19 g; Sól: 6.83 g;	E: 1962.97 kcal; B: 57.14 g; T: 45.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.72 g; W: 336.19 g; W tym cukry: 98.84 g; Bł.: 13.23 g; Sól: 4.22 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-07 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</b> )	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 70 g Jabłko 150 g
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Jabłko 150 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ, _</b> )				Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		
2023-11-07 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <b>MLE, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Sos ziołowy (j)b/ml 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Sos ziołowy (j)b/ml 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> )	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <b>MLE, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (bez glutenu) () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ, _</b> ) Sos ziołowy (bez glutenu) () 80 ml ( <b>SEL, _</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <b>MLE, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 20 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Sałata zielona 20 g				Jabłko 150 g		
2023-11-07 wtorek Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 30 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g
PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-07 wtorek	E: 2244.48 kcal; B: 101.03 g; T: 47.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.46 g; W: 368.63 g; W tym cukry: 86.17 g; Bł.: 27.10 g; Sól: 6.67 g;	E: 2367.78 kcal; B: 112.33 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.93 g; W: 352.50 g; W tym cukry: 55.58 g; Bł.: 47.68 g; Sól: 10.58 g;	E: 2583.08 kcal; B: 109.95 g; T: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; W: 403.65 g; W tym cukry: 84.05 g; Bł.: 30.80 g; Sól: 8.78 g;	E: 2329.95 kcal; B: 99.07 g; T: 56.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; W: 379.54 g; W tym cukry: 62.80 g; Bł.: 31.05 g; Sól: 9.42 g;	E: 1965.97 kcal; B: 49.37 g; T: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; W: 317.89 g; W tym cukry: 60.57 g; Bł.: 21.16 g; Sól: 2.82 g;	E: 1944.74 kcal; B: 37.97 g; T: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; W: 332.41 g; W tym cukry: 60.62 g; Bł.: 20.60 g; Sól: 2.10 g;	E: 1799.77 kcal; B: 72.75 g; T: 54.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; W: 264.12 g; W tym cukry: 74.84 g; Bł.: 18.88 g; Sól: 4.87 g;	E: 2495.40 kcal; B: 100.16 g; T: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.14 g; W: 393.37 g; W tym cukry: 84.05 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 8.53 g;	E: 2522.30 kcal; B: 111.08 g; T: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; W: 390.85 g; W tym cukry: 84.21 g; Bł.: 44.23 g; Sól: 9.23 g;	E: 2248.18 kcal; B: 91.25 g; T: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; W: 312.93 g; W tym cukry: 71.12 g; Bł.: 21.86 g; Sól: 6.09 g;
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 100 g ( <b>MLE</b> , ) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ</b> , ) Kawa zbożowa 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Podplomyki b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> , )	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 2 szt Banan 150 g Sałata zielona 30 g Podplomyki b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> , ) Kawa zbożowa 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , )	Ryż na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> , ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <b>MLE</b> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> , ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> , ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE</b> , ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 70 g
2023-11-08 środa		Maślanka 200 ml ( <b>MLE</b> , )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> , ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> , )	Banan 150 g Wafle ryżowe 20 g			Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> , ) Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> , )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE</b> , ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> , )		
Obiad	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 30 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Dynia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 90 g Eskalopka z kurczaka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> , ) Sałatka szwedzka () 100 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Eskalopka z kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> , ) Sos bazyliowy*(bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL</b> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy*(bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL</b> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <b>GOR</b> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-08 środa	PD		Banan 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g					Banan 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 20 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pasztet drobiowy z kurzej półki 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Pasztet drobiowy z kurzej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet drobiowy z kurzej półki 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Polędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 70 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-08 środa	E: 2023.59 kcal; B: 96.85 g; T: 30.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.13 g; W: 350.28 g; W tym cukry: 82.55 g; Bł.: 19.31 g; Sól: 7.81 g;	E: 2048.50 kcal; B: 101.94 g; T: 42.20 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; W: 329.49 g; W tym cukry: 85.67 g; Bł.: 29.61 g; Sól: 9.10 g;	E: 2473.65 kcal; B: 110.79 g; T: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 382.56 g; W tym cukry: 88.73 g; Bł.: 21.22 g; Sól: 6.69 g;	E: 2176.69 kcal; B: 90.54 g; T: 47.26 g; Kw. tł. nasy.: 11.91 g; W: 355.92 g; W tym cukry: 69.44 g; Bł.: 23.51 g; Sól: 8.25 g;	E: 1895.29 kcal; B: 50.49 g; T: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; W: 309.57 g; W tym cukry: 75.29 g; Bł.: 14.13 g; Sól: 2.53 g;	E: 1782.92 kcal; B: 32.90 g; T: 46.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; W: 310.66 g; W tym cukry: 77.44 g; Bł.: 14.10 g; Sól: 2.16 g;	E: 1810.38 kcal; B: 69.59 g; T: 55.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; W: 264.60 g; W tym cukry: 86.08 g; Bł.: 12.06 g; Sól: 4.60 g;	E: 2527.97 kcal; B: 98.27 g; T: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; W: 386.24 g; W tym cukry: 92.23 g; Bł.: 20.63 g; Sól: 8.70 g;	E: 2391.94 kcal; B: 106.19 g; T: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; W: 380.99 g; W tym cukry: 93.35 g; Bł.: 29.61 g; Sól: 8.89 g;	E: 1912.92 kcal; B: 73.84 g; T: 45.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; W: 307.53 g; W tym cukry: 83.68 g; Bł.: 15.77 g; Sól: 5.32 g;
2023-11-09 czwartek	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) 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 Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 40 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> ) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <b>SEL</b> )
II ŚN		Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )			Jabłko 150 g		Gruszka 150 g	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-09 czwartek	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Brokuł gotowany* 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g Pulpet wieprzowy 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Makaron bg z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab bednarza-wędzanka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 20 g				Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	



	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-09 czwartek	Kolacja	Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE, _</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE, _</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g
PN										
	E: 2095.68 kcal; B: 91.16 g; T: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.74 g; W: 342.64 g; W tym cukry: 75.01 g; Bł.: 24.49 g; Sól: 6.42 g;	E: 2136.71 kcal; B: 88.87 g; T: 60.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; W: 327.22 g; W tym cukry: 76.45 g; Bł.: 45.50 g; Sól: 8.19 g;	E: 2723.46 kcal; B: 114.41 g; T: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; W: 439.70 g; W tym cukry: 120.14 g; Bł.: 29.76 g; Sól: 5.06 g;	E: 2329.00 kcal; B: 96.44 g; T: 58.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.03 g; W: 368.07 g; W tym cukry: 61.55 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 8.09 g;	E: 1857.59 kcal; B: 45.84 g; T: 52.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.80 g; W: 305.28 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 16.37 g; Sól: 5.65 g;	E: 1857.11 kcal; B: 32.83 g; T: 46.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; W: 329.81 g; W tym cukry: 81.52 g; Bł.: 15.47 g; Sól: 3.21 g;	E: 1904.84 kcal; B: 74.19 g; T: 40.75 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; W: 313.66 g; W tym cukry: 110.90 g; Bł.: 19.31 g; Sól: 3.16 g;	E: 2723.46 kcal; B: 114.41 g; T: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.40 g; W: 439.70 g; W tym cukry: 120.14 g; Bł.: 29.76 g; Sól: 5.06 g;	E: 2641.82 kcal; B: 114.44 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; W: 422.72 g; W tym cukry: 113.87 g; Bł.: 37.42 g; Sól: 4.82 g;	E: 2114.51 kcal; B: 70.85 g; T: 63.70 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 320.75 g; W tym cukry: 72.21 g; Bł.: 20.65 g; Sól: 4.41 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt ( <b>TWAROŻEK</b> 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Sałata zielona 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Twarożek 40 g ( <b>MLE, _</b> )	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Kawa zbożowa 250 ml ( <b>GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g
		II ŚN	Jabłko 150 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	Banan 150 g				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )		
		Obiad	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybno-warzywny*. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybno-warzywny*. 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL, _</b> ) Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB, _</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-10 piątek	PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Banan 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Sałata zielona 20 g				Banan 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 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 jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 70 g	
	PN										
		E: 2192.67 kcal; B: 96.73 g; T: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; W: 363.03 g; W tym cukry: 89.14 g; Bł.: 24.58 g; Sól: 5.05 g;	E: 2256.93 kcal; B: 112.83 g; T: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; W: 314.07 g; W tym cukry: 75.45 g; Bł.: 37.81 g; Sól: 6.75 g;	E: 2581.97 kcal; B: 113.24 g; T: 66.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; W: 396.40 g; W tym cukry: 116.87 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 6.82 g;	E: 2281.73 kcal; B: 90.26 g; T: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; W: 372.66 g; W tym cukry: 86.79 g; Bł.: 27.29 g; Sól: 7.64 g;	E: 2005.92 kcal; B: 44.83 g; T: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; W: 330.08 g; W tym cukry: 104.36 g; Bł.: 20.79 g; Sól: 2.36 g;	E: 1908.25 kcal; B: 32.24 g; T: 54.18 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 330.57 g; W tym cukry: 105.02 g; Bł.: 20.60 g; Sól: 2.13 g;	E: 1895.98 kcal; B: 74.59 g; T: 57.58 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; W: 278.16 g; W tym cukry: 106.46 g; Bł.: 16.23 g; Sól: 3.58 g;	E: 2762.04 kcal; B: 111.68 g; T: 84.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; W: 399.29 g; W tym cukry: 109.62 g; Bł.: 24.19 g; Sól: 7.65 g;	E: 2480.96 kcal; B: 109.32 g; T: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; W: 365.54 g; W tym cukry: 114.45 g; Bł.: 37.77 g; Sól: 7.11 g;	E: 2121.86 kcal; B: 76.43 g; T: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; W: 300.21 g; W tym cukry: 80.10 g; Bł.: 17.52 g; Sól: 3.76 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-11 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ. SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ. SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ. SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Płatki ryżowe na wodzie 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ. SEL.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalanej) 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalanej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalanej) 120 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Sałata zielona 30 g	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ. SEL.</b> ) Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g Banan 150 g
		II ŚN	Banan 150 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Banan 150 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</b> )			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ.</b> )		
		Obiad	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 90 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz z udźca kurczaka 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-11 sobota	PD Kolejacja		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>_</u> )	Banan 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Sałata zielona 20 g			Banan 150 g		
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> ) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> ) Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Sałatka z ryżu i brokułów 200 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ</u> , <u>_</u> )
2023-11-11 sobota	PN									
		E: 2141.32 kcal; B: 93.34 g; T: 37.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.39 g; W: 372.27 g; W tym cukry: 80.49 g; Bł.: 27.01 g; Sól: 6.32 g;	E: 2091.84 kcal; B: 91.35 g; T: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; W: 343.83 g; W tym cukry: 71.75 g; Bł.: 42.12 g; Sól: 7.39 g;	E: 2554.24 kcal; B: 98.61 g; T: 52.39 g; Kw. tł. nasy.: 21.71 g; W: 436.46 g; W tym cukry: 122.40 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 7.68 g;	E: 2456.13 kcal; B: 93.13 g; T: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 432.70 g; W tym cukry: 87.80 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 8.16 g;	E: 2059.34 kcal; B: 48.47 g; T: 53.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; W: 351.89 g; W tym cukry: 81.18 g; Bł.: 18.28 g; Sól: 2.30 g;	E: 1937.44 kcal; B: 36.47 g; T: 47.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.12 g; W: 348.06 g; W tym cukry: 80.81 g; Bł.: 18.19 g; Sól: 1.99 g;	E: 1912.20 kcal; B: 63.15 g; T: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; W: 289.27 g; W tym cukry: 109.48 g; Bł.: 17.63 g; Sól: 5.46 g;	E: 2868.78 kcal; B: 97.99 g; T: 84.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 440.15 g; W tym cukry: 124.08 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 10.61 g;	E: 2714.89 kcal; B: 96.63 g; T: 90.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; W: 398.15 g; W tym cukry: 108.04 g; Bł.: 42.80 g; Sól: 10.34 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-12 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Ogórek kiszony 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Podpłomyki b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Podpłomyki b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ZYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g
		II ŚN	Jabłko 150 g Maślanka 150 ml ( <b>MLE, _</b> )	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE, _</b> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</b> )	Jabłko pieczone 150 g	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE, _</b> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</b> )					
		Obiad	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Schab duszony 50 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Schab duszony 50 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 50 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny ( ) 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-12 niedziela	PD		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g
	PN										

2023-11-12 niedziela

SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
E: 2125.80 kcal; B: 102.59 g; T: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; W: 341.68 g; W tym cukry: 89.78 g; Bł.: 27.85 g; Sól: 6.87 g;	E: 2225.47 kcal; B: 110.52 g; T: 64.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; W: 323.41 g; W tym cukry: 62.04 g; Bł.: 48.08 g; Sól: 10.48 g;	E: 2565.50 kcal; B: 120.80 g; T: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; W: 383.07 g; W tym cukry: 80.37 g; Bł.: 31.14 g; Sól: 9.02 g;	E: 2240.19 kcal; B: 100.85 g; T: 60.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; W: 338.83 g; W tym cukry: 64.71 g; Bł.: 31.75 g; Sól: 10.11 g;	E: 2044.39 kcal; B: 54.80 g; T: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; W: 324.37 g; W tym cukry: 65.53 g; Bł.: 22.90 g; Sól: 3.37 g;	E: 1918.88 kcal; B: 33.13 g; T: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; W: 315.35 g; W tym cukry: 64.56 g; Bł.: 22.31 g; Sól: 2.73 g;	E: 1765.74 kcal; B: 76.07 g; T: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; W: 250.93 g; W tym cukry: 66.31 g; Bł.: 17.75 g; Sól: 6.17 g;	E: 2550.18 kcal; B: 115.55 g; T: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 379.46 g; W tym cukry: 76.62 g; Bł.: 30.57 g; Sól: 10.13 g;	E: 2439.42 kcal; B: 113.34 g; T: 70.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 359.29 g; W tym cukry: 72.50 g; Bł.: 44.65 g; Sól: 9.70 g;	E: 2323.12 kcal; B: 87.50 g; T: 83.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; W: 313.16 g; W tym cukry: 78.68 g; Bł.: 24.37 g; Sól: 6.71 g;



		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-06 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Sliwka szt 2 szt Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> )	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 70 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g ( <b>SOJ, SEL.</b> ) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-06 poniedziałek	PD	Banan 150 g					
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 150 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z ziołami 100 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 20 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g
	PN						
		E: 2185.53 kcal; B: 87.60 g; T: 54.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; W: 354.72 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 5.46 g;	E: 2474.28 kcal; B: 105.51 g; T: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 393.91 g; W tym cukry: 104.80 g; Bł.: 18.70 g; Sól: 6.80 g;	E: 1781.35 kcal; B: 62.90 g; T: 39.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; W: 303.30 g; W tym cukry: 125.41 g; Bł.: 12.85 g; Sól: 3.95 g;	E: 2356.04 kcal; B: 79.24 g; T: 43.58 g; Kw. tł. nasy.: 21.39 g; W: 424.19 g; W tym cukry: 139.03 g; Bł.: 19.54 g; Sól: 7.19 g;	E: 2075.55 kcal; B: 75.54 g; T: 38.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.83 g; W: 368.69 g; W tym cukry: 114.91 g; Bł.: 19.45 g; Sól: 7.04 g;	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-07 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 70 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g	Makaron na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 70 g	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g ( <b>RYB, SEL, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE, _</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</b> ) Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		
	Obiad		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR, _</b> ) Pierogi ukraińskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 200 g ( <b>MLE, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 90 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 100 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Kasza jaglana na sypko 180 g Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Sos ziołowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-07 wtorek	PD		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonna wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonna wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonna wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonna wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 30 g
	PN					

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych	
2023-11-07 wtorek	E: 2633.58 kcal; B: 92.26 g; T: 86.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; W: 388.58 g; W tym cukry: 77.72 g; Bł.: 38.85 g; Sól: 8.32 g;	E: 2316.09 kcal; B: 91.52 g; T: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; W: 374.59 g; W tym cukry: 106.55 g; Bł.: 23.46 g; Sól: 7.99 g;	E: 1751.00 kcal; B: 66.97 g; T: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; W: 265.06 g; W tym cukry: 83.44 g; Bł.: 17.76 g; Sól: 4.74 g;	E: 2589.29 kcal; B: 107.84 g; T: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; W: 396.03 g; W tym cukry: 91.84 g; Bł.: 28.59 g; Sól: 9.03 g;	E: 2403.58 kcal; B: 104.40 g; T: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; W: 384.80 g; W tym cukry: 75.05 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 9.02 g;	
2023-11-08 środa	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Papryka świeża 70 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 30 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> , ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g Banan 150 g	
		Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> , )	Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , ) Maślanka truskawkowa 150 ml ( <u>MLE</u> , )	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE</u> , ) Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , )		
	Obiad Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g ( <u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GLU JĘCZ</u> , ) Sałatka szwedzka () 200 g ( <u>GOR</u> , ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Dyńia z wody 50 g Cukinia pieczona z olejem* 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Grycikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Sos bazyliowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> , ) Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-08 środa	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Szyńka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g ( <b>SOJ, SEL.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <b>SOJ, MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	
	PN					

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-08 środa	E: 2221.74 kcal; B: 71.17 g; T: 70.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; W: 340.89 g; W tym cukry: 102.94 g; Bł.: 31.75 g; Sól: 8.53 g;	E: 2287.84 kcal; B: 109.03 g; T: 43.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; W: 371.46 g; W tym cukry: 80.98 g; Bł.: 18.21 g; Sól: 6.68 g;	E: 1809.32 kcal; B: 74.29 g; T: 50.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; W: 268.07 g; W tym cukry: 77.50 g; Bł.: 12.62 g; Sól: 3.70 g;	E: 2492.78 kcal; B: 105.89 g; T: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; W: 391.56 g; W tym cukry: 83.68 g; Bł.: 21.32 g; Sól: 6.73 g;	E: 2118.15 kcal; B: 95.83 g; T: 45.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.68 g; W: 339.06 g; W tym cukry: 88.73 g; Bł.: 21.22 g; Sól: 6.33 g;
2023-11-09 czwartek Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Paszтет z fasoli () 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sałata zielona 30 g Gruszka 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la fromage z ziołami 30 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Serek a'la fromage z ziołami 50 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 80 g ( <u>SEL</u> )
II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-09 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 200 g ( <b>SEL.</b> )	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</b> ) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			



		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-09 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> )	Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadanej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 200 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> )	
	PN					
		E: 2525.28 kcal; B: 93.96 g; T: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; W: 416.19 g; W tym cukry: 90.93 g; Bł.: 41.81 g; Sól: 4.56 g;	E: 2522.13 kcal; B: 92.17 g; T: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; W: 403.34 g; W tym cukry: 110.96 g; Bł.: 25.02 g; Sól: 6.09 g;	E: 1859.87 kcal; B: 71.19 g; T: 37.25 g; Kw. tł. nasy.: 13.09 g; W: 312.92 g; W tym cukry: 111.35 g; Bł.: 18.76 g; Sól: 3.08 g;	E: 2621.14 kcal; B: 106.74 g; T: 51.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.97 g; W: 437.76 g; W tym cukry: 120.69 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 4.88 g;	E: 2440.53 kcal; B: 111.90 g; T: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.98 g; W: 378.64 g; W tym cukry: 79.80 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 4.78 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-10 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 30 g Śliwka szt 2 szt	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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>	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, )</u>	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, )</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 30 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, )</u> Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ, )</u> Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, )</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, )</u> Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, )</u> Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g ( <u>MLE, )</u> Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE, )</u>	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>MLE, )</u> Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE, )</u>		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL, )</u> Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, )</u> Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL, )</u> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB, )</u> Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL, )</u> Ziemniaki () 90 g Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g ( <u>RYB, )</u> Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL, )</u> Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB, )</u> Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL, )</u> Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-10 piątek	PD		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Papryka świeża 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE, _</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo. naturalny 30 g ( <b>MLE, _</b> )
	PN					
		E: 2458.93 kcal; B: 100.99 g; T: 81.89 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; W: 343.65 g; W tym cukry: 85.77 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 7.67 g;	E: 2299.16 kcal; B: 102.23 g; T: 49.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.81 g; W: 371.55 g; W tym cukry: 108.23 g; Bł.: 22.77 g; Sól: 6.45 g;	E: 1750.03 kcal; B: 66.58 g; T: 40.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 287.79 g; W tym cukry: 106.51 g; Bł.: 15.57 g; Sól: 2.79 g;	E: 2488.94 kcal; B: 102.87 g; T: 52.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; W: 415.19 g; W tym cukry: 116.53 g; Bł.: 26.66 g; Sól: 5.88 g;	E: 2277.92 kcal; B: 102.14 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; W: 352.67 g; W tym cukry: 94.37 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 6.14 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-11 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Miód 50 g                      Pasta z fasoli 50 g                      Pomidor 70 g                      Banan 150 g                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL.</b>)                      Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (<b>SOJ.</b>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<b>SOJ, SEL.</b>)                      Dżem 25 g 1 szt                      Sałata zielona 30 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Dżem 25 g 1 szt                      Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (<b>SOJ, SEL.</b>)                      Sałata zielona 30 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                      Herbata czarna granulowana z/c 250 ml                      Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                      Masło extra 82% 10 g (<b>MLE.</b>)                      Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<b>SOJ.</b>)                      Szyńka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (<b>SOJ, SEL.</b>)                      Sałata zielona 30 g                      Banan 150 g</p>
	II ŚN		<p>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<b>MLE.</b>)                      Herbatniki 30 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>		
	Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b>GLU JĘCZ.</b>)                      Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                      Ziemniaki () 180 g                      Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)                      Dynia z wody 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<b>GLU JĘCZ.</b>)                      Gulasz z udźca kurczaka 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Buraczki gotowane drobno tarte () 100 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                      Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b>GLU JĘCZ.</b>)                      Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<b>GLU PSZ.</b>)                      Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g                      Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-11 sobota	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 75 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <b>SOJ.</b> )
	PN					
		E: 2425.41 kcal; B: 76.24 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.21 g; W: 409.65 g; W tym cukry: 93.04 g; Bł.: 41.34 g; Sól: 9.27 g;	E: 2289.75 kcal; B: 96.87 g; T: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 370.57 g; W tym cukry: 97.99 g; Bł.: 21.55 g; Sól: 8.67 g;	E: 1781.21 kcal; B: 60.24 g; T: 42.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; W: 300.00 g; W tym cukry: 118.69 g; Bł.: 17.87 g; Sól: 4.00 g;	E: 2570.23 kcal; B: 91.59 g; T: 51.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; W: 450.31 g; W tym cukry: 133.50 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 8.25 g;	E: 2222.04 kcal; B: 89.49 g; T: 45.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; W: 378.86 g; W tym cukry: 87.35 g; Bł.: 29.11 g; Sól: 7.23 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-12 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Ogórek kiszony 70 g Jabłko 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Maślanka truskawkowa 150 ml ( <b>MLE, _</b> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02, _</b> )		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Pierogi ukraińskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Pulpet wieprzowy 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-11-12 niedziela	PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus 100 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g
	PN					

2023-11-12 niedziela

SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
E: 2746.99 kcal; B: 93.46 g; T: 101.71 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; W: 378.16 g; W tym cukry: 83.19 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 8.86 g;	E: 2391.64 kcal; B: 90.43 g; T: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; W: 385.06 g; W tym cukry: 118.94 g; Bł.: 28.76 g; Sól: 6.71 g;	E: 1800.80 kcal; B: 72.84 g; T: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 257.16 g; W tym cukry: 67.41 g; Bł.: 18.43 g; Sól: 5.22 g;	E: 2580.83 kcal; B: 107.27 g; T: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; W: 388.92 g; W tym cukry: 77.31 g; Bł.: 31.34 g; Sól: 9.79 g;	E: 2174.52 kcal; B: 102.25 g; T: 56.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; W: 330.07 g; W tym cukry: 78.66 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 8.32 g;



<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

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