

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-10-30 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g Śliwka szt 2 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 30 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Kalafior gotowany* 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Platki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 200 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt
		II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)	Śliwka szt 2 szt	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)		
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-10-30 poniedziałek	PD		Śliwka szt 2 szt	Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurczą 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la fromage z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 150 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 30 g	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Brokuł gotowany* 70 g	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g			
		E: 2262.14 kcal; B: 80.45 g; T: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.42 g; W: 335.85 g; W tym cukry: 62.99 g; Bł.: 34.89 g; Sól: 7.92 g;	E: 2602.14 kcal; B: 91.31 g; T: 87.20 g; Kw. tł. nasy.: 32.80 g; W: 383.91 g; W tym cukry: 87.99 g; Bł.: 34.93 g; Sól: 8.15 g;	E: 2645.01 kcal; B: 95.14 g; T: 91.10 g; Kw. tł. nasy.: 37.54 g; W: 376.84 g; W tym cukry: 88.30 g; Bł.: 24.47 g; Sól: 8.48 g;	E: 2575.03 kcal; B: 91.54 g; T: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 432.10 g; W tym cukry: 97.94 g; Bł.: 31.37 g; Sól: 9.68 g;	E: 2126.13 kcal; B: 94.02 g; T: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 317.94 g; W tym cukry: 39.44 g; Bł.: 42.37 g; Sól: 9.04 g;	E: 2198.78 kcal; B: 88.42 g; T: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.96 g; W: 332.55 g; W tym cukry: 41.97 g; Bł.: 47.48 g; Sól: 10.47 g;	E: 2201.45 kcal; B: 90.67 g; T: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; W: 339.00 g; W tym cukry: 36.62 g; Bł.: 26.96 g; Sól: 9.77 g;	E: 2359.83 kcal; B: 90.27 g; T: 58.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; W: 383.05 g; W tym cukry: 101.95 g; Bł.: 31.44 g; Sól: 8.68 g;	E: 1978.55 kcal; B: 74.16 g; T: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 327.40 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.15 g;	E: 2117.34 kcal; B: 79.29 g; T: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; W: 351.09 g; W tym cukry: 66.98 g; Bł.: 32.64 g; Sól: 8.01 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna		
2023-10-31 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Papryka świeża 70 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka konserwowa 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Papryka świeża 70 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Dyńia z wody 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Dyńia z wody 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _)		
		II ŚN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)			
		Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kotlet mielony drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Ziemniaki () 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Ziemniaki () 180 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-10-31 wtorek	PD		Banan 150 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.) Salata zielona 20 g	Banan 150 g			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 200 g (SEL.) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) Salata zielona 30 g
	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-10-31 wtorek	E: 2300.27 kcal; B: 96.23 g; T: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; W: 359.97 g; W tym cukry: 88.27 g; Bł.: 33.85 g; Sól: 8.39 g;	E: 2561.10 kcal; B: 104.46 g; T: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 404.83 g; W tym cukry: 105.00 g; Bł.: 34.35 g; Sól: 8.86 g;	E: 2686.05 kcal; B: 103.95 g; T: 77.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; W: 406.08 g; W tym cukry: 100.18 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 9.24 g;	E: 2611.78 kcal; B: 110.89 g; T: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; W: 407.15 g; W tym cukry: 102.47 g; Bł.: 26.28 g; Sól: 8.01 g;	E: 2349.34 kcal; B: 101.13 g; T: 71.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; W: 349.12 g; W tym cukry: 54.81 g; Bł.: 48.55 g; Sól: 9.82 g;	E: 2235.86 kcal; B: 94.54 g; T: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.36 g; W: 331.05 g; W tym cukry: 44.28 g; Bł.: 48.50 g; Sól: 10.82 g;	E: 2420.37 kcal; B: 103.02 g; T: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; W: 358.75 g; W tym cukry: 41.78 g; Bł.: 30.09 g; Sól: 9.55 g;	E: 2287.69 kcal; B: 91.28 g; T: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; W: 385.85 g; W tym cukry: 112.08 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 7.47 g;	E: 2366.99 kcal; B: 98.41 g; T: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; W: 372.38 g; W tym cukry: 94.98 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 7.06 g;	E: 2161.37 kcal; B: 85.74 g; T: 54.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.82 g; W: 346.24 g; W tym cukry: 80.68 g; Bł.: 26.30 g; Sól: 7.93 g;
2023-11-01 środa	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 35 g Ogórek kiszony 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 35 g Ogórek kiszony 35 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Kalafior gotowany* 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB ,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g
II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE ,)			Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE ,)		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-01 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem (-)podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SO2.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (-)podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, SO2.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (-)podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 200 g (MLE, SO2.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 200 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Jabłko 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ, SEL.) Salata zielona 20 g	Jabłko pieczone 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g Brokuł gotowany* 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Salata zielona 30 g

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-01 środa	PN				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ.)				
	E: 2059.95 kcal; B: 100.22 g; T: 46.81 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; W: 327.81 g; W tym cukry: 71.28 g; Bł.: 37.27 g; Sól: 8.59 g;	E: 2413.48 kcal; B: 106.94 g; T: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 400.40 g; W tym cukry: 126.57 g; Bł.: 37.34 g; Sól: 8.87 g;	E: 2606.34 kcal; B: 105.52 g; T: 68.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; W: 407.79 g; W tym cukry: 127.23 g; Bł.: 31.02 g; Sól: 8.09 g;	E: 2427.67 kcal; B: 108.72 g; T: 50.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; W: 400.37 g; W tym cukry: 124.89 g; Bł.: 31.54 g; Sól: 7.97 g;	E: 2200.33 kcal; B: 110.02 g; T: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.19 g; W: 334.45 g; W tym cukry: 50.05 g; Bł.: 53.16 g; Sól: 9.57 g;	E: 2071.81 kcal; B: 87.65 g; T: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 13.37 g; W: 334.09 g; W tym cukry: 45.43 g; Bł.: 55.23 g; Sól: 8.73 g;	E: 2264.60 kcal; B: 96.55 g; T: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; W: 353.75 g; W tym cukry: 46.46 g; Bł.: 32.91 g; Sól: 9.42 g;	E: 2306.45 kcal; B: 107.98 g; T: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 362.23 g; W tym cukry: 94.05 g; Bł.: 32.26 g; Sól: 7.10 g;	E: 2036.97 kcal; B: 96.57 g; T: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; W: 324.96 g; W tym cukry: 68.34 g; Bł.: 30.29 g; Sól: 6.94 g;	E: 1945.82 kcal; B: 98.07 g; T: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; W: 312.90 g; W tym cukry: 55.79 g; Bł.: 30.34 g; Sól: 7.75 g;	
2023-11-02 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salata zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pasta warzywna* 80 g (SEL.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	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.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salata zielona 20 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pasta warzywna* 80 g (SEL.) Banan 150 g
II ŚN			Banan 150 g		Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Naleśniki ruskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml Surówka z marchwi () 200 g (MLE, _)	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami*(ryz brązowy) 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami*(ryż brązowy) 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Ryż na sypko 180 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
2023-11-02 czwartek		Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Mus z jabłek () z/c 200 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Leczo z indykiem 300 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Serek a'la homogenizowany z ziołami 150 g (MLE, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g (SEL, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 75 g

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-02 czwartek	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL.)			
		E: 2201.03 kcal; B: 81.62 g; T: 49.79 g; Kw. tł. nasy.: 15.94 g; W: 372.44 g; W tym cukry: 92.97 g; Bł.: 34.28 g; Sól: 6.51 g;	E: 2511.73 kcal; B: 85.20 g; T: 54.21 g; Kw. tł. nasy.: 17.48 g; W: 439.34 g; W tym cukry: 113.00 g; Bł.: 40.27 g; Sól: 6.75 g;	E: 3376.69 kcal; B: 102.07 g; T: 94.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; W: 552.49 g; W tym cukry: 133.03 g; Bł.: 48.89 g; Sól: 7.56 g;	E: 2832.48 kcal; B: 100.95 g; T: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; W: 470.22 g; W tym cukry: 112.51 g; Bł.: 40.68 g; Sól: 6.24 g;	E: 2280.12 kcal; B: 94.06 g; T: 59.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; W: 368.30 g; W tym cukry: 46.81 g; Bł.: 53.81 g; Sól: 8.91 g;	E: 2048.78 kcal; B: 83.81 g; T: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; W: 326.73 g; W tym cukry: 45.14 g; Bł.: 56.85 g; Sól: 7.51 g;	E: 2365.52 kcal; B: 96.12 g; T: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.48 g; W: 382.18 g; W tym cukry: 44.13 g; Bł.: 37.31 g; Sól: 9.26 g;	E: 2646.57 kcal; B: 107.66 g; T: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; W: 439.16 g; W tym cukry: 125.73 g; Bł.: 31.91 g; Sól: 7.20 g;	E: 2294.35 kcal; B: 88.80 g; T: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; W: 387.88 g; W tym cukry: 96.85 g; Bł.: 35.52 g; Sól: 7.03 g;	E: 2010.98 kcal; B: 71.84 g; T: 49.46 g; Kw. tł. nasy.: 9.32 g; W: 333.42 g; W tym cukry: 75.13 g; Bł.: 28.12 g; Sól: 7.13 g;
2023-11-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Rzepa biała 50 g Salata zielona 20 g Śliwka szt 2 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Rzepa biała 50 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Papryka świeża 70 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g (SOJ.) Papryka świeża 70 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Salata zielona 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Dyńia z wody 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 30 g
	II ŚN		Śliwka szt 2 szt	Jabłko 150 g	Śliwka szt 2 szt	Jabłko pieczone 150 g					

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-03 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
		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>) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</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-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 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>) Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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>) 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 Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</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 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>) Brokuł gotowany* 70 g Serek homo naturalny 50 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 70 g Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-03 piątek	PN					Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g			
		E: 2480.89 kcal; B: 98.26 g; T: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; W: 362.64 g; W tym cukry: 93.63 g; Bł.: 34.26 g; Sól: 6.99 g;	E: 2763.82 kcal; B: 100.77 g; T: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; W: 423.71 g; W tym cukry: 133.97 g; Bł.: 34.68 g; Sól: 7.26 g;	E: 2723.62 kcal; B: 109.30 g; T: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; W: 405.30 g; W tym cukry: 127.50 g; Bł.: 30.44 g; Sól: 6.53 g;	E: 2557.90 kcal; B: 110.08 g; T: 62.81 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 402.36 g; W tym cukry: 126.38 g; Bł.: 30.44 g; Sól: 7.29 g;	E: 2312.11 kcal; B: 113.13 g; T: 70.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; W: 330.21 g; W tym cukry: 48.69 g; Bł.: 47.46 g; Sól: 7.97 g;	E: 2147.04 kcal; B: 92.00 g; T: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; W: 316.36 g; W tym cukry: 35.55 g; Bł.: 47.40 g; Sól: 9.34 g;	E: 2568.51 kcal; B: 117.55 g; T: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; W: 383.70 g; W tym cukry: 48.33 g; Bł.: 35.09 g; Sól: 10.01 g;	E: 2526.11 kcal; B: 96.09 g; T: 58.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; W: 417.93 g; W tym cukry: 118.65 g; Bł.: 33.88 g; Sól: 8.24 g;	E: 2345.14 kcal; B: 101.79 g; T: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 362.28 g; W tym cukry: 94.29 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 7.21 g;	E: 2215.86 kcal; B: 81.67 g; T: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 12.67 g; W: 359.58 g; W tym cukry: 71.39 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 8.68 g;
2023-11-04 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 35 g Słupki z marchewki 35 g Gruszka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 35 g Słupki z marchewki 35 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) 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.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Parówki drobiowe (kieł drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (SOJ.) Ketchup 20 g (SEL.) Pomidor 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor 70 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Szpinak gotowany z olejem* 70 g (GLU PSZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JE CZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g
	II ŚN		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)		

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-04 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowodieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD	Gruszka 150 g	Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Banan 150 g			
		Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 30 g

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-04 sobota	PN									
					Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z pierśią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, SEL.)			
	E: 2329.45 kcal; B: 77.10 g; T: 86.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; W: 324.73 g; W tym cukry: 61.91 g; Bł.: 35.86 g; Sól: 13.14 g;	E: 2692.85 kcal; B: 85.33 g; T: 99.45 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; W: 377.29 g; W tym cukry: 86.91 g; Bł.: 35.90 g; Sól: 13.50 g;	E: 2789.45 kcal; B: 100.33 g; T: 94.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.17 g; W: 396.25 g; W tym cukry: 94.64 g; Bł.: 32.13 g; Sól: 11.16 g;	E: 2536.30 kcal; B: 89.68 g; T: 69.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 404.40 g; W tym cukry: 87.69 g; Bł.: 33.45 g; Sól: 9.62 g;	E: 2282.72 kcal; B: 96.27 g; T: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.00 g; W: 340.07 g; W tym cukry: 48.62 g; Bł.: 51.64 g; Sól: 9.96 g;	E: 2049.91 kcal; B: 87.98 g; T: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; W: 317.29 g; W tym cukry: 40.54 g; Bł.: 49.35 g; Sól: 10.99 g;	E: 2245.55 kcal; B: 96.13 g; T: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; W: 340.41 g; W tym cukry: 43.04 g; Bł.: 29.58 g; Sól: 11.05 g;	E: 2376.14 kcal; B: 97.80 g; T: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; W: 377.19 g; W tym cukry: 108.62 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 9.93 g;	E: 2129.55 kcal; B: 88.56 g; T: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; W: 337.23 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 9.29 g;	E: 1953.86 kcal; B: 78.86 g; T: 46.72 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; W: 317.81 g; W tym cukry: 67.07 g; Bł.: 26.89 g; Sól: 8.94 g;
2023-11-05 niedziela	Śniadanie									
	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 70 g Dżem 25 g 1 szt	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-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Marchew gotowana z olejem () 70 g Dżem 25 g 1 szt	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-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytniowy 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-11-05 niedziela	II ŚN		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u> , Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ,))		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u> ,))				
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u> ,)) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u> ,)) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u> ,)) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,))	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,)) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			
	PD		Jabłko 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,)) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)) Sałata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,)) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u> ,)) Sałata zielona 20 g	Jabłko pieczone 150 g				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza zest.I	SIE- Położnicza zest.II	SIE- Cukrzycowa	SIE- Cukrzyca bezmleczna	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-11-05 niedziela	Kolejca	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.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szczypiorek 10 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szczypiorek 10 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 50 g (SOJ.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szczypiorek 10 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rzodkiew biała 50 g Szczypiorek 10 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 70 g (GLU PSZ, SEL.) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g
		PN			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.)				
	E: 2389.57 kcal; B: 120.21 g; T: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; W: 304.45 g; W tym cukry: 67.08 g; Bł.: 32.62 g; Sól: 9.19 g;	E: 2757.07 kcal; B: 132.11 g; T: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; W: 361.45 g; W tym cukry: 67.08 g; Bł.: 33.77 g; Sól: 9.85 g;	E: 2777.02 kcal; B: 134.56 g; T: 93.79 g; Kw. tł. nasy.: 34.41 g; W: 362.55 g; W tym cukry: 66.42 g; Bł.: 30.28 g; Sól: 9.32 g;	E: 2836.31 kcal; B: 125.90 g; T: 85.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; W: 405.83 g; W tym cukry: 83.67 g; Bł.: 30.83 g; Sól: 9.52 g;	E: 2391.41 kcal; B: 131.17 g; T: 86.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; W: 296.39 g; W tym cukry: 30.27 g; Bł.: 46.15 g; Sól: 10.90 g;	E: 2163.90 kcal; B: 115.65 g; T: 79.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; W: 266.71 g; W tym cukry: 29.68 g; Bł.: 43.30 g; Sól: 10.10 g;	E: 2452.07 kcal; B: 125.79 g; T: 80.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.30 g; W: 317.57 g; W tym cukry: 24.71 g; Bł.: 25.45 g; Sól: 11.56 g;	E: 2429.83 kcal; B: 96.77 g; T: 65.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; W: 381.66 g; W tym cukry: 90.28 g; Bł.: 36.68 g; Sól: 9.81 g;	E: 2344.47 kcal; B: 115.31 g; T: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; W: 316.99 g; W tym cukry: 74.65 g; Bł.: 23.93 g; Sól: 8.45 g;	E: 2211.78 kcal; B: 106.93 g; T: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; W: 304.69 g; W tym cukry: 62.34 g; Bł.: 23.96 g; Sól: 8.24 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		
2023-10-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na wodzie 300 g (GLU PSZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Śliwka szt 2 szt Dżem 25 g 1 szt	
		II ŚN	Śliwka szt 2 szt Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE, _)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g				Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE, _) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ, _)	
		Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Makaron 180 g (GLU PSZ, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ, _)	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (MLE, _) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-10-30 poniedziałek	PD			Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g			Jabłko pieczone 150 g		Śliwka szt 2 szt	
	Kolacja	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 75 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g Miód (25g) 1 szt	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Salata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Ser żółty 25 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Salata zielona 30 g
	PN										
		E: 1937.06 kcal; B: 79.69 g; T: 33.84 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; W: 342.00 g; W tym cukry: 79.66 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 7.78 g;	E: 2077.12 kcal; B: 79.58 g; T: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; W: 336.21 g; W tym cukry: 84.51 g; Bł.: 35.91 g; Sól: 7.69 g;	E: 2304.72 kcal; B: 83.80 g; T: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.72 g; W: 384.91 g; W tym cukry: 93.63 g; Bł.: 25.60 g; Sól: 7.70 g;	E: 2433.79 kcal; B: 91.93 g; T: 59.10 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; W: 398.79 g; W tym cukry: 62.82 g; Bł.: 34.66 g; Sól: 9.89 g;	E: 1923.30 kcal; B: 40.66 g; T: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; W: 311.95 g; W tym cukry: 62.48 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 2.39 g;	E: 1860.35 kcal; B: 31.25 g; T: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; W: 318.87 g; W tym cukry: 62.64 g; Bł.: 15.26 g; Sól: 1.85 g;	E: 1733.90 kcal; B: 54.76 g; T: 46.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; W: 282.08 g; W tym cukry: 72.81 g; Bł.: 17.89 g; Sól: 5.03 g;	E: 2560.34 kcal; B: 84.05 g; T: 59.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 435.75 g; W tym cukry: 92.88 g; Bł.: 29.35 g; Sól: 9.57 g;	E: 2307.04 kcal; B: 87.07 g; T: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; W: 353.84 g; W tym cukry: 84.70 g; Bł.: 36.14 g; Sól: 7.61 g;	E: 2091.17 kcal; B: 57.94 g; T: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; W: 317.26 g; W tym cukry: 65.58 g; Bł.: 17.16 g; Sól: 3.50 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	
2023-10-31 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 70 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 70 g Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Banan 150 g Papryka świeża 70 g
		II ŚN	Banan 150 g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _) Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _)	Banan 150 g				Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	
		Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 30 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, _) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE, _) Salatka z buraczków i jabłka 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
2023-10-31 wtorek	PD			Banan 150 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)				Banan 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 30 g Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Ogórek kiszony 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL, _) Ogórek kiszony 70 g
	PN										

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-10-31 wtorek	E: 2336.21 kcal; B: 97.71 g; T: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; W: 384.40 g; W tym cukry: 105.89 g; Bł.: 24.64 g; Sól: 5.53 g;	E: 2307.38 kcal; B: 101.80 g; T: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 355.09 g; W tym cukry: 88.66 g; Bł.: 41.49 g; Sól: 8.06 g;	E: 2593.08 kcal; B: 106.48 g; T: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; W: 408.60 g; W tym cukry: 103.22 g; Bł.: 27.14 g; Sól: 7.37 g;	E: 2409.49 kcal; B: 93.23 g; T: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 11.80 g; W: 400.68 g; W tym cukry: 107.77 g; Bł.: 23.67 g; Sól: 8.94 g;	E: 2072.55 kcal; B: 52.85 g; T: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; W: 333.82 g; W tym cukry: 86.22 g; Bł.: 16.69 g; Sól: 3.88 g;	E: 1978.06 kcal; B: 39.69 g; T: 57.38 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 331.21 g; W tym cukry: 85.98 g; Bł.: 16.63 g; Sól: 2.48 g;	E: 1821.53 kcal; B: 77.37 g; T: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; W: 274.70 g; W tym cukry: 93.37 g; Bł.: 17.68 g; Sól: 4.55 g;	E: 2593.49 kcal; B: 106.51 g; T: 64.93 g; Kw. tł. nasy.: 22.59 g; W: 408.68 g; W tym cukry: 103.23 g; Bł.: 27.19 g; Sól: 7.43 g;	E: 2375.12 kcal; B: 102.23 g; T: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; W: 370.71 g; W tym cukry: 103.83 g; Bł.: 40.75 g; Sól: 9.25 g;	E: 2315.37 kcal; B: 83.10 g; T: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 20.60 g; W: 351.65 g; W tym cukry: 95.75 g; Bł.: 22.61 g; Sól: 5.48 g;
2023-11-01 środa	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor 70 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 70 g
II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Jabłko 150 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-01 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki () 180 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g	Jarzynowa z makaronem ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 200 g (MLE, S02.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Ziemniaki () 180 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml
	PD		Jabłko pieczone 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 75 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Rzodkiew biała 70 g Szcypiorek 10 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
2023-11-01 środa	PN										
		E: 1947.82 kcal; B: 99.39 g; T: 33.10 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; W: 327.65 g; W tym cukry: 70.13 g; Bł.: 28.44 g; Sól: 6.87 g;	E: 2107.72 kcal; B: 102.71 g; T: 47.91 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; W: 338.16 g; W tym cukry: 82.50 g; Bł.: 44.73 g; Sól: 6.77 g;	E: 2440.65 kcal; B: 112.91 g; T: 50.42 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; W: 398.72 g; W tym cukry: 123.93 g; Bł.: 30.39 g; Sól: 8.27 g;	E: 2282.77 kcal; B: 103.69 g; T: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.22 g; W: 380.51 g; W tym cukry: 86.22 g; Bł.: 32.20 g; Sól: 9.06 g;	E: 1858.12 kcal; B: 51.63 g; T: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; W: 287.62 g; W tym cukry: 73.87 g; Bł.: 20.89 g; Sól: 3.70 g;	E: 1754.68 kcal; B: 37.25 g; T: 50.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.97 g; W: 296.82 g; W tym cukry: 83.37 g; Bł.: 20.89 g; Sól: 2.73 g;	E: 1467.63 kcal; B: 71.24 g; T: 43.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; W: 206.10 g; W tym cukry: 71.31 g; Bł.: 15.87 g; Sól: 4.09 g;	E: 2300.81 kcal; B: 108.01 g; T: 52.72 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; W: 364.13 g; W tym cukry: 93.42 g; Bł.: 30.49 g; Sól: 7.62 g;	E: 2344.78 kcal; B: 107.21 g; T: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; W: 385.67 g; W tym cukry: 121.39 g; Bł.: 44.76 g; Sól: 7.62 g;	E: 2047.28 kcal; B: 85.84 g; T: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 311.50 g; W tym cukry: 70.56 g; Bł.: 24.14 g; Sól: 4.61 g;
2023-11-02 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 80 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sałatka zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Chleb bezglutenowy 120 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałatka zielona 30 g Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)
	II ŚN		Banan 150 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Banan 150 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 30 g				Banan 150 g		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-02 czwartek	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Banan 150 g	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Risotto (ryż brązowy) z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Naleśniki ruskie () 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Naleśniki ruskie () 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ, _) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
		PD		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE, _) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, _) Sałata zielona 10 g			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		
			Kolacja	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% 5 g (MLE, _) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Miód (25g) 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 200 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)

		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
2023-11-02 czwartek	PN										
		E: 2244.21 kcal; B: 94.40 g; T: 44.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; W: 381.22 g; W tym cukry: 94.76 g; Bł.: 31.51 g; Sól: 6.60 g;	E: 2288.18 kcal; B: 87.64 g; T: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; W: 387.00 g; W tym cukry: 102.24 g; Bł.: 46.57 g; Sól: 6.90 g;	E: 2500.15 kcal; B: 96.36 g; T: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; W: 417.97 g; W tym cukry: 106.90 g; Bł.: 35.91 g; Sól: 7.40 g;	E: 2346.18 kcal; B: 96.31 g; T: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.68 g; W: 381.19 g; W tym cukry: 73.31 g; Bł.: 27.27 g; Sól: 8.64 g;	E: 2093.30 kcal; B: 52.96 g; T: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.36 g; W: 347.10 g; W tym cukry: 94.44 g; Bł.: 18.40 g; Sól: 3.09 g;	E: 1844.85 kcal; B: 35.25 g; T: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 18.60 g; W: 319.01 g; W tym cukry: 92.40 g; Bł.: 16.04 g; Sól: 2.32 g;	E: 2368.14 kcal; B: 72.51 g; T: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; W: 403.62 g; W tym cukry: 124.42 g; Bł.: 23.11 g; Sól: 4.88 g;	E: 3117.43 kcal; B: 98.69 g; T: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; W: 525.61 g; W tym cukry: 135.87 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 6.51 g;	E: 2379.82 kcal; B: 84.27 g; T: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.09 g; W: 413.78 g; W tym cukry: 107.84 g; Bł.: 38.86 g; Sól: 6.25 g;	E: 2437.70 kcal; B: 90.09 g; T: 65.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; W: 379.83 g; W tym cukry: 94.21 g; Bł.: 22.84 g; Sól: 4.06 g;
2023-11-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt (MLE, _) Twarożek 50 g Papryka świeża 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ, _) Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 75 g (SOJ, _) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, _)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Śliwka szt 2 szt
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Śliwka szt 2 szt	Jabłko pieczone 150 g	Jabłko pieczone 150 g Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ, _)			Jabłko 150 g		Śliwka szt 2 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	
2023-11-03 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	
		Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 90 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g	Ziemniaki () 180 g
		Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 40 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)	Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.)
2023-11-03 piątek	PD	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)	
		Bukiet jarzyn gotowany () 200 g (SEL.)	Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)	Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.)
		Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
2023-11-03 piątek	Kolacja		Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 100 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		
			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g	Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 20 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.)	Salata zielona 20 g			Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb bezglutenowy 120 g	Chleb bezglutenowy 120 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb bezglutenowy 120 g	
	Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	
	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g	Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Masło extra 82% 15 g (MLE.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.)	Masło extra 82% 10 g (MLE.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.)	
	Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g (JAJ, MLE.)	Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.)	Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.)	Miód (25g) 1 szt	Miód (25g) 1 szt	Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor 70 g	Pomidor 70 g	
	Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.)	Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g	Pomidor b/skórki 70 g	Ser żółty 25 g (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.)	Ser żółty 25 g (MLE.)	

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-03 piątek	PN										
		E: 2208.34 kcal; B: 105.64 g; T: 42.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.11 g; W: 364.17 g; W tym cukry: 95.91 g; Bł.: 28.28 g; Sól: 6.30 g;	E: 2301.86 kcal; B: 100.54 g; T: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.86 g; W: 366.13 g; W tym cukry: 108.76 g; Bł.: 39.33 g; Sól: 6.04 g;	E: 2611.67 kcal; B: 106.88 g; T: 72.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; W: 398.49 g; W tym cukry: 113.33 g; Bł.: 31.16 g; Sól: 8.03 g;	E: 2542.41 kcal; B: 94.70 g; T: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 412.11 g; W tym cukry: 80.96 g; Bł.: 33.02 g; Sól: 10.35 g;	E: 2057.61 kcal; B: 44.88 g; T: 61.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; W: 338.69 g; W tym cukry: 73.00 g; Bł.: 23.02 g; Sól: 3.23 g;	E: 1990.20 kcal; B: 31.84 g; T: 57.94 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 344.28 g; W tym cukry: 80.73 g; Bł.: 22.93 g; Sól: 2.92 g;	E: 1726.41 kcal; B: 65.11 g; T: 56.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.04 g; W: 246.81 g; W tym cukry: 103.02 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 3.43 g;	E: 2704.39 kcal; B: 102.45 g; T: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; W: 407.74 g; W tym cukry: 129.11 g; Bł.: 26.93 g; Sól: 6.88 g;	E: 2674.46 kcal; B: 101.03 g; T: 79.35 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; W: 407.71 g; W tym cukry: 127.31 g; Bł.: 40.61 g; Sól: 6.38 g;	E: 2229.48 kcal; B: 79.64 g; T: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 331.53 g; W tym cukry: 87.45 g; Bł.: 20.06 g; Sól: 3.86 g;
2023-11-04 sobota	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 5 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor 70 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g	Platki jęczmienne na wodzie 300 ml (GLU JE CZ, _) 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 Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Miód 50 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g Miód 50 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 60 g (SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g Ketchup 20 g (SEL, _)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Parówki drobiowe (kiel drobno rozdr wędz, parz w osłonce niejadalnej) 120 g (SOJ, _) Ketchup 20 g (SEL, _) Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE, _) Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g	
	II ŚN		Gruszka 150 g Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Jabłko 150 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE, _)			Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _) Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-11-04 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Gulasz z udźca indyka 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 80 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 60 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Gulasz wieprzowy-100 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bigos 300 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PD		Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 20 g				Gruszka 150 g		
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Ogórek kiszony 50 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 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
2023-11-04 sobota	PN										
		E: 2082.75 kcal; B: 92.41 g; T: 45.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; W: 339.12 g; W tym cukry: 81.51 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 8.38 g;	E: 2263.18 kcal; B: 94.42 g; T: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 345.80 g; W tym cukry: 77.84 g; Bł.: 45.26 g; Sól: 8.97 g;	E: 2376.38 kcal; B: 97.42 g; T: 61.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; W: 372.12 g; W tym cukry: 90.41 g; Bł.: 28.81 g; Sól: 11.01 g;	E: 2217.59 kcal; B: 94.78 g; T: 56.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; W: 345.67 g; W tym cukry: 53.30 g; Bł.: 29.37 g; Sól: 11.13 g;	E: 2049.77 kcal; B: 44.54 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; W: 341.56 g; W tym cukry: 68.78 g; Bł.: 18.90 g; Sól: 4.01 g;	E: 1934.18 kcal; B: 33.80 g; T: 52.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; W: 337.78 g; W tym cukry: 68.37 g; Bł.: 18.86 g; Sól: 2.78 g;	E: 1802.29 kcal; B: 65.50 g; T: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 247.77 g; W tym cukry: 83.51 g; Bł.: 17.27 g; Sól: 6.32 g;	E: 2652.48 kcal; B: 98.37 g; T: 86.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; W: 381.31 g; W tym cukry: 93.60 g; Bł.: 29.06 g; Sól: 11.34 g;	E: 2616.80 kcal; B: 85.60 g; T: 100.02 g; Kw. tł. nasy.: 38.47 g; W: 360.18 g; W tym cukry: 79.99 g; Bł.: 42.24 g; Sól: 12.80 g;	E: 2040.60 kcal; B: 71.13 g; T: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; W: 308.91 g; W tym cukry: 65.02 g; Bł.: 20.29 g; Sól: 6.63 g;
2023-11-05 niedziela	Śniadanie	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% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	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 ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt	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>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>)	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 ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Sałata zielona 30 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-05 niedziela	II ŚN		Jabłko 150 g Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE,_)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_)	Jabłko pieczone 150 g			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,_) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,_) Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE,_)		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,_) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 60 g (GLU PSZ,_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml (SEL,_) Ziemniaki () 180 g Filet z kurczaka pieczony 30 g (GLU PSZ,_) Ziemniaki () 180 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL,_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL,_) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (SEL,_) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD				Jabłko pieczone 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ,_) Sałata zielona 20 g			Jabłko pieczone 150 g	Jabłko 150 g		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-11-05 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szcypiorek 10 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szcypiorek 10 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 75 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 20 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szcypiorek 10 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzo na 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Rzodkiew biała 50 g Szcypiorek 10 g Sałata zielona 20 g
PN										
	E: 2137.70 kcal; B: 97.73 g; T: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; W: 329.83 g; W tym cukry: 85.67 g; Bł.: 26.32 g; Sól: 6.37 g;	E: 2265.33 kcal; B: 118.39 g; T: 76.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; W: 296.07 g; W tym cukry: 50.38 g; Bł.: 39.30 g; Sól: 8.23 g;	E: 2711.97 kcal; B: 127.21 g; T: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; W: 373.99 g; W tym cukry: 74.65 g; Bł.: 25.08 g; Sól: 9.11 g;	E: 2418.08 kcal; B: 112.54 g; T: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.81 g; W: 334.17 g; W tym cukry: 62.55 g; Bł.: 25.96 g; Sól: 9.40 g;	E: 1887.70 kcal; B: 50.53 g; T: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; W: 298.19 g; W tym cukry: 65.31 g; Bł.: 18.63 g; Sól: 3.40 g;	E: 1908.42 kcal; B: 37.38 g; T: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 321.17 g; W tym cukry: 66.55 g; Bł.: 19.33 g; Sól: 2.77 g;	E: 1740.42 kcal; B: 77.30 g; T: 52.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; W: 245.30 g; W tym cukry: 60.21 g; Bł.: 15.25 g; Sól: 5.16 g;	E: 2787.92 kcal; B: 133.68 g; T: 93.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.39 g; W: 364.31 g; W tym cukry: 65.15 g; Bł.: 25.08 g; Sól: 9.63 g;	E: 2601.25 kcal; B: 125.63 g; T: 84.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; W: 353.67 g; W tym cukry: 68.96 g; Bł.: 40.45 g; Sól: 8.67 g;	E: 2370.69 kcal; B: 105.80 g; T: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 292.82 g; W tym cukry: 63.99 g; Bł.: 19.32 g; Sól: 5.79 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
2023-10-30 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Śliwka szt 2 szt Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE.)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 70 g Dżem 25 g 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml (MLE.) Biskopki b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.) Biskopki b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 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
2023-10-30 poniedziałek	PD	Jabłko pieczone 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Sałata zielona 30 g Ser żółty 25 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Dżem 25 g 1 szt	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, _)	Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 25 g (GLU PSZ, SOJ, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _)
	PN					
		E: 2279.89 kcal; B: 73.89 g; T: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; W: 334.21 g; W tym cukry: 63.75 g; Bł.: 31.17 g; Sól: 6.49 g;	E: 2334.85 kcal; B: 89.38 g; T: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 389.08 g; W tym cukry: 107.17 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 7.88 g;	E: 1722.18 kcal; B: 59.07 g; T: 44.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; W: 281.10 g; W tym cukry: 70.06 g; Bł.: 21.02 g; Sól: 4.95 g;	E: 2517.51 kcal; B: 75.65 g; T: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; W: 448.16 g; W tym cukry: 103.92 g; Bł.: 34.15 g; Sól: 8.28 g;	E: 1978.55 kcal; B: 74.16 g; T: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 327.40 g; W tym cukry: 68.63 g; Bł.: 25.56 g; Sól: 7.15 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	
2023-10-31 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Banan 150 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 75 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 100 g (MLE, _)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g (MLE, _) Banan 150 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	Drożdżówka mini 50g Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE, _)	50 g (GLU PSZ, JAJ, _) 150g 1 szt (MLE, _)		
	Obiad		Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kotlety sojowe 100 g (SOJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 90 g Pulpet drobiowy 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE, _) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wyd z.soków żołądkowych
2023-10-31 wtorek	PD	Banan 150 g				
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Dżem 25 g 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,śre dno rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (SEL.) Sałata zielona 30 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka () 200 g (SEL.) 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
2023-10-31 wtorek	E: 2398.33 kcal; B: 98.59 g; T: 61.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; W: 376.38 g; W tym cukry: 104.40 g; Bł.: 38.34 g; Sól: 7.33 g;	E: 2442.52 kcal; B: 114.87 g; T: 58.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; W: 377.97 g; W tym cukry: 100.67 g; Bł.: 27.97 g; Sól: 8.20 g;	E: 1790.09 kcal; B: 63.22 g; T: 45.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.01 g; W: 289.83 g; W tym cukry: 90.90 g; Bł.: 16.32 g; Sól: 3.84 g;	E: 2612.77 kcal; B: 98.34 g; T: 62.83 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; W: 426.56 g; W tym cukry: 102.01 g; Bł.: 27.14 g; Sól: 7.35 g;	E: 2366.99 kcal; B: 98.41 g; T: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; W: 372.38 g; W tym cukry: 94.98 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 7.06 g;
2023-11-01 środa Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g (RYB,) Jabłko 150 g Pomidor 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Pomidor b/skórki 70 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 10 g (MLE,) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 70 g
II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)	

		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
2023-11-01 środa	Obiad	Jarzynowa z makaronem (-)podstawa 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu (-) 200 g (<u>MLE, SO2.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki (-) 180 g	Jarzynowa z makaronem (bez mleka) (-) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki (-) 180 g Dyńia z wody 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta (-) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki (-) 90 g Marchew gotowana z olejem (-) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta (-) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem (-) 200 g Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki (-) 180 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta (-) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki (-) 180 g Sos własny (-) 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Marchew gotowana z olejem (-) 200 g
	PD		Jabłko pieczone 150 g 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 (<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>) Paszтет sojowy z pomidorami 80 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 70 g Szczypiorek 10 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Dżem 25 g 1 szt	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 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
2023-11-01 środa	PN					
		E: 2430.41 kcal; B: 81.26 g; T: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 364.11 g; W tym cukry: 73.82 g; Bł.: 42.23 g; Sól: 8.11 g;	E: 2297.95 kcal; B: 105.03 g; T: 45.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; W: 375.22 g; W tym cukry: 122.30 g; Bł.: 18.15 g; Sól: 7.39 g;	E: 1425.02 kcal; B: 62.81 g; T: 39.03 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; W: 214.15 g; W tym cukry: 79.10 g; Bł.: 15.87 g; Sól: 3.72 g;	E: 2237.69 kcal; B: 104.69 g; T: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.45 g; W: 356.52 g; W tym cukry: 99.59 g; Bł.: 28.09 g; Sól: 7.95 g;	E: 2036.97 kcal; B: 96.57 g; T: 45.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; W: 324.96 g; W tym cukry: 68.34 g; Bł.: 30.29 g; Sól: 6.94 g;
2023-11-02 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z jajkiem () 250 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Banan 150 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.) Banan 150 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOJ.)
	II ŚN	Banan 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
2023-11-02 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _) Risotto wegetariańskie* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g (SEL, _) Sos pomidorowy 40 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ, _) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo wegetariańskie 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)	Twarożek 100 g (MLE, _) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Zapiekanka makaronowo-jajeczna * 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _)

		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
2023-11-02 czwartek	PN					
		E: 2248.24 kcal; B: 58.57 g; T: 55.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.74 g; W: 398.69 g; W tym cukry: 100.06 g; Bł.: 42.18 g; Sól: 7.18 g;	E: 2473.73 kcal; B: 102.33 g; T: 50.79 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; W: 411.94 g; W tym cukry: 132.63 g; Bł.: 20.56 g; Sól: 5.38 g;	E: 1927.85 kcal; B: 62.52 g; T: 44.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; W: 328.90 g; W tym cukry: 120.92 g; Bł.: 21.39 g; Sól: 3.30 g;	E: 2804.72 kcal; B: 99.88 g; T: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; W: 464.39 g; W tym cukry: 132.83 g; Bł.: 35.11 g; Sól: 6.27 g;	E: 2294.35 kcal; B: 88.80 g; T: 50.54 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; W: 387.88 g; W tym cukry: 96.85 g; Bł.: 35.52 g; Sól: 7.03 g;
2023-11-03 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Papryka świeża 70 g Śliwka szt 2 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g (MLE, _)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 30 g (MLE, _) Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Twarożek 50 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 30 g Kakao z mlekiem 250 ml (MLE, _)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE, _) Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (MLE, _) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 30 g
	II ŚN		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	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
2023-11-03 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grycikowa () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, _) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL, _) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD		Jabłko pieczone 150 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 100 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor 70 g Ser żółty 25 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g (SOJ, _) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 30 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE, _) Pomidor b/skórki 70 g Serek homo z natką pietruszki 50 g (MLE, _)

		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
2023-11-03 piątek	PN					
		E: 2463.37 kcal; B: 99.05 g; T: 75.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.00 g; W: 360.42 g; W tym cukry: 90.48 g; Bł.: 30.89 g; Sól: 7.19 g;	E: 2405.61 kcal; B: 100.35 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; W: 389.39 g; W tym cukry: 116.87 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 7.47 g;	E: 1719.31 kcal; B: 63.34 g; T: 47.57 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; W: 267.96 g; W tym cukry: 112.51 g; Bł.: 17.80 g; Sól: 4.04 g;	E: 2654.45 kcal; B: 106.46 g; T: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; W: 424.46 g; W tym cukry: 138.59 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 7.54 g;	E: 2345.14 kcal; B: 101.79 g; T: 60.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 362.28 g; W tym cukry: 94.29 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 7.21 g;
2023-11-04 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, _) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 70 g Gruszka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 75 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 70 g Miód (25g) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JE CZ, _) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Schab Benedykta wp parzony z dodatkiem wody 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, _) Pomidor b/skórki 70 g Banan 150 g
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _)	Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, _) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE, _)		

		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
2023-11-04 sobota	Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Marchew gotowana z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy 40 ml (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Banan 150 g	Jabłko 150 g		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszтет z soczewicy () 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 50 g Ser żółty 25 g (MLE.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 30 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.p arzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Sałata zielona 30 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
2023-11-04 sobota	PN					
		E: 2196.90 kcal; B: 81.02 g; T: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; W: 362.00 g; W tym cukry: 87.00 g; Bł.: 45.79 g; Sól: 7.46 g;	E: 2285.64 kcal; B: 91.61 g; T: 59.88 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; W: 356.81 g; W tym cukry: 90.15 g; Bł.: 22.78 g; Sól: 8.85 g;	E: 1830.80 kcal; B: 66.40 g; T: 57.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; W: 270.98 g; W tym cukry: 81.67 g; Bł.: 16.61 g; Sól: 5.31 g;	E: 2512.33 kcal; B: 87.70 g; T: 67.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; W: 403.39 g; W tym cukry: 92.10 g; Bł.: 28.60 g; Sól: 9.47 g;	E: 2129.55 kcal; B: 88.56 g; T: 53.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.65 g; W: 337.23 g; W tym cukry: 79.89 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 9.29 g;
2023-11-05 niedziela	Śniadanie					
		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Jabłko 150 g Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 40 g (SEL.)	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.) Sałata zielona 30 g Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOJ.) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.)	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.) Sałata zielona 30 g Szynka Jabłko pieczone 150 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ.) Dżem 25 g 1 szt

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-10-30 do dnia 2023-11-05 KUCHNIA SIEDLCE

		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
2023-11-05 niedziela	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE, _</u>) Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. S02. _</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. S02. _</u>) Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE, _</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL. _</u>) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ. _</u>) Surówka z kapusty pekińskiej 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 Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ. _</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL. _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ. SEL. _</u>) Ziemniaki () 90 g Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ. _</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL. _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL. _</u>) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL. _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ. SEL. _</u>) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL. _</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD		Galaretka o smaku cytrynowym 200 g	Jabłko pieczone 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
2023-11-05 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 75 g (MLE.) Rzodkiew biała 50 g Szcypiorek 10 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (SOJ, MLE, GLU OW.) Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 20 g
	PN					
		E: 2163.38 kcal; B: 93.12 g; T: 61.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; W: 323.46 g; W tym cukry: 76.90 g; Bł.: 39.51 g; Sól: 6.59 g;	E: 2302.05 kcal; B: 107.01 g; T: 51.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.01 g; W: 363.72 g; W tym cukry: 85.82 g; Bł.: 25.73 g; Sól: 6.66 g;	E: 1764.35 kcal; B: 71.49 g; T: 48.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; W: 268.65 g; W tym cukry: 64.00 g; Bł.: 17.42 g; Sól: 4.29 g;	E: 2826.17 kcal; B: 124.92 g; T: 90.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; W: 391.50 g; W tym cukry: 72.21 g; Bł.: 29.44 g; Sól: 7.87 g;	E: 2397.49 kcal; B: 115.41 g; T: 77.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; W: 322.11 g; W tym cukry: 78.77 g; Bł.: 25.95 g; Sól: 8.73 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,