

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Mandarynka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL)</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml</p>
	II ŚN		Mandarynka 100 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)		Mandarynka 100 g	
	Obiad	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek () z/c 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
	PD			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)		<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g</p>
	Kolacja		<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>		<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Baton szynkowy z kurczą 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>
PN			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ)	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
4-01-15 poniedziałek	E: 2324.13 kcal; B: 79.36 g; T: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; W: 377.93 g; W tym cukry: 101.24 g; Bł.: 32.17 g; Sól: 10.11 g; WW: 34.67 Por; Ener. z B: 13.66 %; Ener. z W: 59.51 %; Ener. z T: 25.49 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 3351.90 mg;	E: 2602.33 kcal; B: 88.43 g; T: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; W: 426.89 g; W tym cukry: 126.24 g; Bł.: 32.21 g; Sól: 10.33 g; WW: 39.58 Por; Ener. z B: 13.59 %; Ener. z W: 60.67 %; Ener. z T: 24.48 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3635.83 mg;	E: 2934.65 kcal; B: 108.96 g; T: 86.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.50 g; W: 450.60 g; W tym cukry: 129.02 g; Bł.: 34.67 g; Sól: 10.25 g; WW: 41.76 Por; Ener. z B: 14.85 %; Ener. z W: 56.69 %; Ener. z T: 26.66 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3625.55 mg;	E: 2413.73 kcal; B: 83.30 g; T: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; W: 432.50 g; W tym cukry: 125.84 g; Bł.: 26.76 g; Sól: 8.69 g; WW: 40.68 Por; Ener. z B: 13.80 %; Ener. z W: 67.24 %; Ener. z T: 18.37 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3836.27 mg;	E: 2490.85 kcal; B: 104.37 g; T: 77.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; W: 366.77 g; W tym cukry: 53.06 g; Bł.: 57.54 g; Sól: 11.42 g; WW: 31.00 Por; Ener. z B: 16.76 %; Ener. z W: 49.66 %; Ener. z T: 27.92 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 5144.96 mg;
2024-01-16 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Rozzponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rozzponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rozzponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rozzponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Rozzponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt			Banan 150 g
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką ()-podstawa 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	
2024-01-16 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g
	E: 2542.65 kcal; B: 101.68 g; T: 79.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 371.85 g; W tym cukry: 80.91 g; Bł.: 36.59 g; Sól: 9.29 g; WW: 33.79 Por; Ener. z B: 16.00 %; Ener. z W: 52.74 %; Ener. z T: 28.03 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4307.29 mg;	E: 2679.53 kcal; B: 104.39 g; T: 82.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 395.94 g; W tym cukry: 80.97 g; Bł.: 36.61 g; Sól: 9.49 g; WW: 36.20 Por; Ener. z B: 15.58 %; Ener. z W: 53.64 %; Ener. z T: 27.62 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4312.93 mg;	E: 2684.44 kcal; B: 104.68 g; T: 82.25 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; W: 396.98 g; W tym cukry: 80.96 g; Bł.: 36.88 g; Sól: 9.48 g; WW: 36.29 Por; Ener. z B: 15.60 %; Ener. z W: 53.66 %; Ener. z T: 27.58 %; Ener. z Bł.: 2.75 %; K: 4320.69 mg;	E: 2578.74 kcal; B: 111.17 g; T: 58.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; W: 414.16 g; W tym cukry: 99.87 g; Bł.: 27.43 g; Sól: 9.25 g; WW: 39.00 Por; Ener. z B: 17.24 %; Ener. z W: 59.99 %; Ener. z T: 20.43 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 4687.67 mg;	E: 2257.76 kcal; B: 104.75 g; T: 62.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 311.29 g; W tym cukry: 41.79 g; Bł.: 43.81 g; Sól: 9.16 g; WW: 26.93 Por; Ener. z B: 18.56 %; Ener. z W: 47.39 %; Ener. z T: 24.84 %; Ener. z Bł.: 3.88 %; K: 4813.78 mg;	
2024-01-17 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów			
2024-01-17 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			
		PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g		
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersią kurczaka-wędł. z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
				PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
					E: 2580.03 kcal; B: 110.81 g; T: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 382.29 g; W tym cukry: 71.89 g; Bł.: 37.68 g; Sól: 9.11 g; WW: 34.46 g; Ener. z B: 17.18 %; Ener. z W: 53.43 %; Ener. z T: 26.16 %; Ener. z Bł.: 2.92 %; K: 3886.94 mg;	E: 2783.03 kcal; B: 118.49 g; T: 79.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.94 g; W: 414.91 g; W tym cukry: 89.37 g; Bł.: 36.99 g; Sól: 9.64 g; WW: 37.81 g; Ener. z B: 17.03 %; Ener. z W: 54.32 %; Ener. z T: 25.67 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4113.14 mg;	E: 2703.47 kcal; B: 117.36 g; T: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.51 g; W: 410.17 g; W tym cukry: 89.72 g; Bł.: 37.36 g; Sól: 8.85 g; WW: 37.31 g; Ener. z B: 17.36 %; Ener. z W: 55.16 %; Ener. z T: 24.39 %; Ener. z Bł.: 2.76 %; K: 4193.45 mg;	E: 2706.88 kcal; B: 116.57 g; T: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 425.09 g; W tym cukry: 91.31 g; Bł.: 31.39 g; Sól: 7.37 g; WW: 39.45 g; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 58.18 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4294.41 mg;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Melon 100 g	Maślanka 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli () 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN					
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Melon 100 g	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)				Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-01-18 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		E: 2431.42 kcal; B: 99.94 g; T: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; W: 377.95 g; W tym cukry: 90.07 g; Bł.: 35.02 g; Sól: 6.06 g; WW: 34.37 Por; Ener. z B: 16.44 %; Ener. z W: 56.42 %; Ener. z T: 23.31 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 4250.51 mg;	E: 2598.22 kcal; B: 107.74 g; T: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; W: 404.65 g; W tym cukry: 98.32 g; Bł.: 35.47 g; Sól: 6.24 g; WW: 37.01 Por; Ener. z B: 16.59 %; Ener. z W: 56.84 %; Ener. z T: 22.91 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 4519.01 mg;	E: 2476.09 kcal; B: 106.16 g; T: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 405.80 g; W tym cukry: 103.68 g; Bł.: 26.15 g; Sól: 6.50 g; WW: 38.05 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 61.33 %; Ener. z T: 18.84 %; Ener. z Bł.: 2.11 %; K: 3890.80 mg;	E: 2396.72 kcal; B: 107.61 g; T: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; W: 362.48 g; W tym cukry: 55.50 g; Bł.: 46.59 g; Sól: 5.99 g; WW: 31.69 Por; Ener. z B: 17.96 %; Ener. z W: 52.72 %; Ener. z T: 23.60 %; Ener. z Bł.: 3.89 %; K: 4758.49 mg;		
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mandarynka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Hummus 25 g (SEZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	II ŚN	Mandarynka 100 g					
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml			Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-01-19 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g				
		E: 2828.64 kcal; B: 130.22 g; T: 84.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; W: 401.11 g; W tym cukry: 89.42 g; Bł.: 35.82 g; Sól: 9.09 g; WW: 36.52 Por; Ener. z B: 18.41 %; Ener. z W: 51.66 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4450.77 mg;	E: 3030.04 kcal; B: 136.88 g; T: 88.97 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; W: 435.67 g; W tym cukry: 114.42 g; Bł.: 35.86 g; Sól: 9.32 g; WW: 39.98 Por; Ener. z B: 18.07 %; Ener. z W: 52.78 %; Ener. z T: 26.43 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 4734.70 mg;	E: 2944.30 kcal; B: 130.88 g; T: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; W: 466.45 g; W tym cukry: 116.73 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 8.46 g; WW: 43.75 Por; Ener. z B: 17.78 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4635.55 mg;	E: 2391.23 kcal; B: 123.55 g; T: 80.63 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; W: 314.00 g; W tym cukry: 46.36 g; Bł.: 44.72 g; Sól: 9.39 g; WW: 26.95 Por; Ener. z B: 20.67 %; Ener. z W: 45.05 %; Ener. z T: 30.35 %; Ener. z Bł.: 3.74 %; K: 4738.61 mg;	
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona na 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona na 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona na 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (SEL.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Ser żółty 25 g (MLE.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 25 g
			E: 2391.19 kcal; B: 89.63 g; T: 70.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; W: 362.97 g; W tym cukry: 96.44 g; Bł.: 40.04 g; Sól: 8.46 g; WW: 32.31 Por; Ener. z B: 14.99 %; Ener. z W: 54.02 %; Ener. z T: 26.48 %; Ener. z Bł.: 3.35 %; K: 4025.02 mg;	E: 2539.19 kcal; B: 96.03 g; T: 73.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; W: 386.97 g; W tym cukry: 96.44 g; Bł.: 40.04 g; Sól: 8.66 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 15.13 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 26.00 %; Ener. z Bł.: 3.15 %; K: 4025.02 mg;	E: 2463.60 kcal; B: 104.63 g; T: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 405.01 g; W tym cukry: 105.94 g; Bł.: 26.64 g; Sól: 7.42 g; WW: 37.91 Por; Ener. z B: 16.99 %; Ener. z W: 61.43 %; Ener. z T: 19.12 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4003.93 mg;	E: 2303.51 kcal; B: 98.77 g; T: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; W: 353.06 g; W tym cukry: 63.85 g; Bł.: 53.86 g; Sól: 8.92 g; WW: 29.92 Por; Ener. z B: 17.15 %; Ener. z W: 51.96 %; Ener. z T: 25.09 %; Ener. z Bł.: 4.68 %; K: 4541.67 mg;

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Maślanka 150 ml (MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g
	II ŚN				Banan 150 g	Jabłko 150 g
	Obiad		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,) Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JEJCZ,)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Masło extra 82% 5 g (MLE,) Sałata zielona 20 g
Kolacja		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-01-21 niedziela	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)				
		E: 2396.00 kcal; B: 117.28 g; T: 51.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; W: 380.64 g; W tym cukry: 97.01 g; Bł.: 36.76 g; Sól: 9.84 g; WW: 34.55 Por; Ener. z B: 19.58 %; Ener. z W: 57.41 %; Ener. z T: 19.34 %; Ener. z Bł.: 3.07 %; K: 4419.10 mg;	E: 2706.60 kcal; B: 128.58 g; T: 64.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; W: 420.12 g; W tym cukry: 114.81 g; Bł.: 36.76 g; Sól: 10.12 g; WW: 38.53 Por; Ener. z B: 19.00 %; Ener. z W: 56.66 %; Ener. z T: 21.46 %; Ener. z Bł.: 2.72 %; K: 4701.10 mg;	E: 2736.00 kcal; B: 128.14 g; T: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; W: 428.70 g; W tym cukry: 122.01 g; Bł.: 36.80 g; Sól: 10.07 g; WW: 39.37 Por; Ener. z B: 18.73 %; Ener. z W: 57.30 %; Ener. z T: 21.13 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4703.03 mg;	E: 2712.48 kcal; B: 118.66 g; T: 57.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; W: 448.20 g; W tym cukry: 126.60 g; Bł.: 28.17 g; Sól: 8.45 g; WW: 42.29 Por; Ener. z B: 17.50 %; Ener. z W: 61.94 %; Ener. z T: 19.04 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4264.73 mg;	E: 2206.34 kcal; B: 122.91 g; T: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; W: 323.48 g; W tym cukry: 44.44 g; Bł.: 48.35 g; Sól: 10.66 g; WW: 27.64 Por; Ener. z B: 22.28 %; Ener. z W: 49.88 %; Ener. z T: 22.74 %; Ener. z Bł.: 4.38 %; K: 4440.41 mg;

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.)	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL.)
	II ŚN	Mandarynka 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem b/c 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurczą 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL.) Baton szynkowy z kurczą 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
4-01-15 poniedziałek	E: 2421.59 kcal; B: 93.54 g; T: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; W: 364.57 g; W tym cukry: 43.16 g; Bł.: 59.71 g; Sól: 11.06 g; WW: 30.52 Por; Ener. z B: 15.45 %; Ener. z W: 50.36 %; Ener. z T: 28.71 %; Ener. z Bł.: 4.93 %; K: 4952.69 mg;	E: 2200.66 kcal; B: 78.48 g; T: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; W: 385.31 g; W tym cukry: 68.52 g; Bł.: 28.51 g; Sól: 9.74 g; WW: 35.77 Por; Ener. z B: 14.26 %; Ener. z W: 64.85 %; Ener. z T: 18.68 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3407.46 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2519.06 kcal; B: 84.53 g; T: 49.60 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; W: 457.64 g; W tym cukry: 149.21 g; Bł.: 28.99 g; Sól: 8.29 g; WW: 42.88 Por; Ener. z B: 13.42 %; Ener. z W: 68.06 %; Ener. z T: 17.72 %; Ener. z Bł.: 2.30 %; K: 4130.38 mg;
Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Rozszponka 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Kalafor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
II ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Banan 150 g	
Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-01-16 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.) Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 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.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	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 niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g	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 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)
	E: 1925.08 kcal; B: 94.76 g; T: 50.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; W: 296.65 g; W tym cukry: 30.87 g; Bł.: 47.83 g; Sól: 9.54 g; WW: 25.08 Por; Ener. z B: 19.69 %; Ener. z W: 51.70 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 4.97 %; K: 4508.39 mg;	E: 2224.82 kcal; B: 108.88 g; T: 56.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; W: 331.98 g; W tym cukry: 41.02 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 10.64 g; WW: 30.55 Por; Ener. z B: 19.58 %; Ener. z W: 54.65 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4024.83 mg;	E: 2092.42 kcal; B: 93.44 g; T: 80.06 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; W: 263.38 g; W tym cukry: 73.21 g; Bł.: 29.70 g; Sól: 2.18 g; WW: 23.15 Por; Ener. z B: 17.86 %; Ener. z W: 44.67 %; Ener. z T: 34.44 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 5319.86 mg;	E: 1993.49 kcal; B: 73.99 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 283.86 g; W tym cukry: 81.22 g; Bł.: 29.75 g; Sól: 1.61 g; WW: 25.20 Por; Ener. z B: 14.85 %; Ener. z W: 50.99 %; Ener. z T: 31.07 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4456.56 mg;	E: 2525.80 kcal; B: 112.87 g; T: 49.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.08 g; W: 419.22 g; W tym cukry: 111.90 g; Bł.: 28.62 g; Sól: 9.26 g; WW: 39.04 Por; Ener. z B: 17.87 %; Ener. z W: 61.86 %; Ener. z T: 17.70 %; Ener. z Bł.: 2.27 %; K: 4909.98 mg;	
2024-01-17 środa	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Brokuł gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-17 środa	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Dynia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)
		E: 2299.68 kcal; B: 101.58 g; T: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; W: 355.56 g; W tym cukry: 52.41 g; Bł.: 50.86 g; Sól: 11.71 g; WW: 30.49 Por; Ener. z B: 17.67 %; Ener. z W: 53.00 %; Ener. z T: 25.76 %; Ener. z Bł.: 4.42 %; K: 4053.75 mg;	E: 2389.96 kcal; B: 108.72 g; T: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; W: 372.42 g; W tym cukry: 46.85 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 8.56 g; WW: 34.21 Por; Ener. z B: 18.20 %; Ener. z W: 57.24 %; Ener. z T: 22.68 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3872.34 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięrzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięrzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Rukola 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięrzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g
	II ŚN	Melón 100 g		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 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.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)	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.) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata	
2024-01-18 czwartek	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	
		E: 2296.51 kcal; B: 95.26 g; T: 60.79 g; Kw. tł. nasy.: 10.75 g; W: 356.86 g; W tym cukry: 42.66 g; Bł.: 50.98 g; Sól: 6.32 g; WW: 30.70 g; Ener. z B: 16.59 %; Ener. z W: 53.28 %; Ener. z T: 23.82 %; Ener. z Bł.: 4.44 %; K: 4378.01 mg;	E: 2331.70 kcal; B: 111.93 g; T: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; W: 352.41 g; W tym cukry: 49.32 g; Bł.: 26.96 g; Sól: 8.39 g; WW: 32.56 g; Ener. z B: 19.20 %; Ener. z W: 55.83 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3723.76 mg;	E: 2092.42 kcal; B: 92.54 g; T: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; W: 266.38 g; W tym cukry: 75.16 g; Bł.: 30.15 g; Sól: 2.12 g; WW: 23.45 g; Ener. z B: 17.69 %; Ener. z W: 45.16 %; Ener. z T: 34.11 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 5288.36 mg;	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 g; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 2522.95 kcal; B: 105.90 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; W: 424.98 g; W tym cukry: 118.46 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 6.90 g; WW: 39.75 g; Ener. z B: 16.79 %; Ener. z W: 62.81 %; Ener. z T: 17.28 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 4632.98 mg;
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Hummus 25 g (SEZ.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kefir 1,5% 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Mandarynka 100 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*(-)-SIED 500 ml (SEL.)	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-19 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *(-)-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)
	PN	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.) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 40 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g
		E: 2124.75 kcal; B: 95.42 g; T: 62.55 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; W: 317.94 g; W tym cukry: 34.15 g; Bł.: 49.08 g; Sól: 10.50 g; WW: 26.96 Por; Ener. z B: 17.96 %; Ener. z W: 50.61 %; Ener. z T: 26.49 %; Ener. z Bł.: 4.62 %; K: 4322.00 mg;	E: 2391.23 kcal; B: 130.19 g; T: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; W: 336.13 g; W tym cukry: 46.74 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 11.05 g; WW: 30.60 Por; Ener. z B: 21.78 %; Ener. z W: 51.30 %; Ener. z T: 24.26 %; Ener. z Bł.: 2.46 %; K: 4202.41 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;	E: 3049.32 kcal; B: 134.97 g; T: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; W: 466.65 g; W tym cukry: 116.75 g; Bł.: 33.63 g; Sól: 9.82 g; WW: 43.25 Por; Ener. z B: 17.70 %; Ener. z W: 56.80 %; Ener. z T: 22.92 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4801.35 mg;
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	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 ostonce niejadanej 20 g (SOJ, SEL.) Sałata zielona 10 g	Maślanka 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędl.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadanej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 25 g Sałata zielona 10 g	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt
		E: 1958.29 kcal; B: 78.17 g; T: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; W: 331.86 g; W tym cukry: 48.43 g; Bł.: 53.99 g; Sól: 10.08 g; WW: 27.87 Por; Ener. z B: 15.97 %; Ener. z W: 56.76 %; Ener. z T: 23.04 %; Ener. z Bł.: 5.51 %; K: 3838.28 mg;	E: 2262.46 kcal; B: 107.63 g; T: 55.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; W: 355.93 g; W tym cukry: 68.15 g; Bł.: 26.67 g; Sól: 8.84 g; WW: 32.97 Por; Ener. z B: 19.03 %; Ener. z W: 58.21 %; Ener. z T: 21.89 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4032.32 mg;	E: 2101.36 kcal; B: 87.20 g; T: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 16.19 g; W: 278.80 g; W tym cukry: 83.89 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 2.00 g; WW: 24.73 Por; Ener. z B: 16.60 %; Ener. z W: 47.41 %; Ener. z T: 33.00 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 5021.46 mg;	E: 1894.56 kcal; B: 73.94 g; T: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 259.14 g; W tym cukry: 64.23 g; Bł.: 29.72 g; Sól: 1.56 g; WW: 22.72 Por; Ener. z B: 15.61 %; Ener. z W: 48.44 %; Ener. z T: 32.69 %; Ener. z Bł.: 3.14 %; K: 4454.96 mg;

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g	Płynna śniadanie mleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Płynna śniadanie bezmleczna-SIED 500 ml (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Marchew gotowana z olejem () 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c bml 200 ml	Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Płynna obiad*()-SIED 500 ml (SEL.)		Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
	Kolacja	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 2 szt (JAJ.) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurczak 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Płynna kolacja *()-SIED 500 ml (SEL.)		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Płynna 3x/Płynna wzb. 5x/Sonda 3x i 5x	SIE- Płynna wzbogacona b/ml/Sonda b/ml b/ml	SIE- Papkowata
2024-01-21	nieдіziela	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	PN	E: 2049.62 kcal; B: 100.54 g; T: 54.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.75 g; W: 310.29 g; W tym cukry: 36.87 g; Bł.: 47.78 g; Sól: 8.69 g; WW: 26.33 Por; Ener. z B: 19.62 %; Ener. z W: 51.23 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 4.66 %; K: 4331.59 mg;	E: 2268.32 kcal; B: 125.10 g; T: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; W: 336.63 g; W tym cukry: 39.27 g; Bł.: 29.97 g; Sól: 9.61 g; WW: 30.85 Por; Ener. z B: 22.06 %; Ener. z W: 54.08 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 2.64 %; K: 3799.13 mg;	E: 2177.22 kcal; B: 93.81 g; T: 81.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.58 g; W: 281.99 g; W tym cukry: 85.25 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 2.17 g; WW: 25.05 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 46.34 %; Ener. z T: 33.52 %; Ener. z Bł.: 2.73 %; K: 5303.66 mg;	E: 1868.42 kcal; B: 73.95 g; T: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 252.53 g; W tym cukry: 55.79 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 1.50 g; WW: 22.04 Por; Ener. z B: 15.83 %; Ener. z W: 47.70 %; Ener. z T: 33.16 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4455.16 mg;	E: 2720.48 kcal; B: 120.38 g; T: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; W: 430.60 g; W tym cukry: 119.25 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 8.69 g; WW: 40.12 Por; Ener. z B: 17.70 %; Ener. z W: 58.87 %; Ener. z T: 20.64 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4391.66 mg;

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL,) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL,) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,) Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ,) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL,)
		II ŚN				Mandarynka 100 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE,) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD					Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,)
	Kolacja	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% # 10 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL,) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ,)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ,) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
4-01-15 poniedziałek	E: 2488.66 kcal; B: 89.87 g; T: 69.09 g; Kw. tł. nasy.: 12.95 g; W: 396.44 g; W tym cukry: 82.83 g; Bł.: 40.59 g; Sól: 8.90 g; WW: 35.59 Por; Ener. z B: 14.44 %; Ener. z W: 57.19 %; Ener. z T: 24.99 %; Ener. z Bł.: 3.26 %; K: 4561.11 mg;	E: 2211.68 kcal; B: 76.61 g; T: 45.25 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 397.79 g; W tym cukry: 100.74 g; Bł.: 26.68 g; Sól: 8.45 g; WW: 37.20 Por; Ener. z B: 13.86 %; Ener. z W: 67.12 %; Ener. z T: 18.41 %; Ener. z Bł.: 2.41 %; K: 3542.67 mg;	E: 2524.48 kcal; B: 95.79 g; T: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; W: 393.36 g; W tym cukry: 59.60 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 9.98 g; WW: 35.60 Por; Ener. z B: 15.18 %; Ener. z W: 56.25 %; Ener. z T: 25.51 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4267.01 mg;	E: 2167.88 kcal; B: 79.96 g; T: 36.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 403.78 g; W tym cukry: 108.31 g; Bł.: 25.58 g; Sól: 6.42 g; WW: 37.92 Por; Ener. z B: 14.75 %; Ener. z W: 69.78 %; Ener. z T: 15.17 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3764.97 mg;	E: 2544.19 kcal; B: 105.29 g; T: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 18.25 g; W: 394.51 g; W tym cukry: 90.10 g; Bł.: 55.89 g; Sól: 10.63 g; WW: 33.94 Por; Ener. z B: 16.55 %; Ener. z W: 53.24 %; Ener. z T: 26.36 %; Ener. z Bł.: 4.39 %; K: 5311.77 mg;
Śniadanie	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Kalańfior gotowany* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Rozszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Rozszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
2024-01-16 wtorek	II ŚN				Banan 150 g
Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
PD					Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-01-16 wtorek	Kolacja	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.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 25 g (SOJ, SEL.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	
	E: 1973.02 kcal; B: 91.92 g; T: 31.22 g; Kw. tł. nasy.: 8.57 g; W: 344.00 g; W tym cukry: 80.38 g; Bł.: 28.33 g; Sól: 8.25 g; WW: 31.43 Por; Ener. z B: 18.64 %; Ener. z W: 64.00 %; Ener. z T: 14.24 %; Ener. z Bł.: 2.87 %; K: 3991.84 mg;	E: 2406.65 kcal; B: 107.37 g; T: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 382.57 g; W tym cukry: 97.58 g; Bł.: 27.25 g; Sól: 9.04 g; WW: 35.85 Por; Ener. z B: 17.85 %; Ener. z W: 59.06 %; Ener. z T: 20.70 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 4521.54 mg;	E: 1947.70 kcal; B: 89.73 g; T: 31.03 g; Kw. tł. nasy.: 8.76 g; W: 339.37 g; W tym cukry: 71.62 g; Bł.: 24.89 g; Sól: 7.84 g; WW: 31.68 Por; Ener. z B: 18.43 %; Ener. z W: 64.58 %; Ener. z T: 14.34 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3935.30 mg;	E: 2515.09 kcal; B: 125.22 g; T: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 19.20 g; W: 399.23 g; W tym cukry: 117.20 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 7.29 g; WW: 37.41 Por; Ener. z B: 19.91 %; Ener. z W: 59.35 %; Ener. z T: 18.55 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 5378.00 mg;	E: 2437.81 kcal; B: 107.47 g; T: 67.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.09 g; W: 370.90 g; W tym cukry: 77.16 g; Bł.: 43.50 g; Sól: 8.88 g; WW: 33.05 Por; Ener. z B: 17.63 %; Ener. z W: 53.72 %; Ener. z T: 24.85 %; Ener. z Bł.: 3.57 %; K: 5134.62 mg;	
2024-01-17 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-01-17 środa	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g
	PD				Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE.)	
	Kolacja	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 z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Dyńia z wody 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)
		E: 2182.65 kcal; B: 87.54 g; T: 49.94 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; W: 361.57 g; W tym cukry: 62.93 g; Bł.: 27.06 g; Sól: 8.04 g; WW: 33.47 Por; Ener. z B: 16.04 %; Ener. z W: 61.30 %; Ener. z T: 20.59 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3423.64 mg;	E: 2534.88 kcal; B: 109.46 g; T: 64.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; W: 399.11 g; W tym cukry: 73.51 g; Bł.: 31.39 g; Sól: 7.09 g; WW: 36.82 Por; Ener. z B: 17.27 %; Ener. z W: 58.03 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 4012.41 mg;	E: 2155.85 kcal; B: 88.46 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 364.66 g; W tym cukry: 67.29 g; Bł.: 29.23 g; Sól: 7.54 g; WW: 33.64 Por; Ener. z B: 16.41 %; Ener. z W: 62.24 %; Ener. z T: 19.57 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3489.72 mg;	E: 2522.10 kcal; B: 111.40 g; T: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; W: 407.26 g; W tym cukry: 68.48 g; Bł.: 26.20 g; Sól: 6.33 g; WW: 38.16 Por; Ener. z B: 17.67 %; Ener. z W: 60.43 %; Ener. z T: 20.39 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 4089.94 mg;	E: 2382.41 kcal; B: 112.46 g; T: 69.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; W: 353.40 g; W tym cukry: 65.35 g; Bł.: 43.67 g; Sól: 9.10 g; WW: 31.05 Por; Ener. z B: 18.88 %; Ener. z W: 52.00 %; Ener. z T: 26.09 %; Ener. z Bł.: 3.67 %; K: 4554.17 mg;

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-01-18 czwartek	Śniadanie II ŚN	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Buraczki gotowane () 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Melon 100 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Rukola 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Melon 150 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10 g Paszet z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ,) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g</p>
		Melon 100 g				
2024-01-18 czwartek	Obiad	<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL,) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml</p>
						Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,)
2024-01-18 czwartek	PD					
2024-01-18 czwartek	Kolacja	<p>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,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g</p>

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-01-18 czwartek	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	E: 2211.82 kcal; B: 94.47 g; T: 39.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; W: 379.16 g; W tym cukry: 97.54 g; Bł.: 28.15 g; Sól: 6.94 g; WW: 35.21 g; Ener. z B: 17.08 %; Ener. z W: 63.48 %; Ener. z T: 16.00 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3989.63 mg;	E: 2296.43 kcal; B: 98.42 g; T: 48.69 g; Kw. tł. nasy.: 14.01 g; W: 375.66 g; W tym cukry: 95.53 g; Bł.: 25.71 g; Sól: 6.33 g; WW: 35.06 g; Ener. z B: 17.14 %; Ener. z W: 60.96 %; Ener. z T: 19.08 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3560.75 mg;	E: 2310.72 kcal; B: 99.39 g; T: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 7.95 g; W: 386.43 g; W tym cukry: 74.20 g; Bł.: 26.78 g; Sól: 7.26 g; WW: 35.97 g; Ener. z B: 17.21 %; Ener. z W: 62.26 %; Ener. z T: 17.50 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 3264.29 mg;	E: 2421.70 kcal; B: 102.71 g; T: 51.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; W: 403.54 g; W tym cukry: 117.01 g; Bł.: 33.56 g; Sól: 5.85 g; WW: 37.06 g; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 61.11 %; Ener. z T: 19.10 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4657.40 mg;	E: 2521.68 kcal; B: 111.47 g; T: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 15.93 g; W: 387.17 g; W tym cukry: 59.28 g; Bł.: 49.21 g; Sól: 6.03 g; WW: 33.87 g; Ener. z B: 17.68 %; Ener. z W: 53.61 %; Ener. z T: 23.54 %; Ener. z Bł.: 3.90 %; K: 4940.77 mg;
2024-01-19 piątek	Śniadanie				
	Kasza kukurydziana na wodzie 300 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 Szyrkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/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.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szyrkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 20 g Mandarynka 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyrkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN				Mandarynka 100 g
2024-01-19 piątek	Obiad				
	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku () 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-01-19 piątek	Kolacja	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.) Dżem 25 g 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.)	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 Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Wafle ryżowe 30 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
		E: 2312.91 kcal; B: 82.07 g; T: 51.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; W: 395.11 g; W tym cukry: 79.91 g; Bł.: 33.56 g; Sól: 8.15 g; WW: 36.17 Por; Ener. z B: 14.19 %; Ener. z W: 62.53 %; Ener. z T: 20.11 %; Ener. z Bł.: 2.90 %; K: 3849.79 mg;	E: 2742.90 kcal; B: 124.22 g; T: 63.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; W: 431.89 g; W tym cukry: 91.73 g; Bł.: 29.39 g; Sól: 8.24 g; WW: 40.28 Por; Ener. z B: 18.11 %; Ener. z W: 58.70 %; Ener. z T: 20.84 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4351.61 mg;	E: 2173.84 kcal; B: 80.96 g; T: 41.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.63 g; W: 382.38 g; W tym cukry: 70.53 g; Bł.: 29.17 g; Sól: 7.41 g; WW: 35.40 Por; Ener. z B: 14.90 %; Ener. z W: 64.99 %; Ener. z T: 17.19 %; Ener. z Bł.: 2.68 %; K: 3658.64 mg;	E: 2666.22 kcal; B: 117.61 g; T: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; W: 436.64 g; W tym cukry: 98.21 g; Bł.: 28.32 g; Sól: 7.56 g; WW: 40.90 Por; Ener. z B: 17.64 %; Ener. z W: 61.26 %; Ener. z T: 18.81 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4556.18 mg;	E: 2656.24 kcal; B: 132.85 g; T: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.71 g; W: 377.11 g; W tym cukry: 79.55 g; Bł.: 40.87 g; Sól: 8.74 g; WW: 33.62 Por; Ener. z B: 20.01 %; Ener. z W: 50.63 %; Ener. z T: 26.05 %; Ener. z Bł.: 3.08 %; K: 5052.51 mg;
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Kalafior gotowany* 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Rzodkiew biała 80 g
	II ŚN					Jabłko 1 szt 1 szt

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane drobno tarte () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD					Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
2024-01-20 sobota Kolacja	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.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Miód (25g) 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt 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.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
	E: 2339.96 kcal; B: 82.27 g; T: 38.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.42 g; W: 431.17 g; W tym cukry: 84.68 g; Bł.: 31.28 g; Sól: 8.16 g; WW: 39.99 Por; Ener. z B: 14.06 %; Ener. z W: 68.36 %; Ener. z T: 14.89 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 3348.91 mg;	E: 2308.26 kcal; B: 97.48 g; T: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; W: 380.43 g; W tym cukry: 103.45 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 7.19 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 61.34 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3862.29 mg;	E: 1996.73 kcal; B: 76.70 g; T: 40.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.78 g; W: 356.78 g; W tym cukry: 81.98 g; Bł.: 26.46 g; Sól: 8.12 g; WW: 33.13 Por; Ener. z B: 15.36 %; Ener. z W: 66.17 %; Ener. z T: 18.03 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3100.48 mg;	E: 2261.46 kcal; B: 101.33 g; T: 41.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.63 g; W: 382.32 g; W tym cukry: 105.07 g; Bł.: 24.38 g; Sól: 6.28 g; WW: 35.90 Por; Ener. z B: 17.92 %; Ener. z W: 63.31 %; Ener. z T: 16.37 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4016.59 mg;	E: 2243.42 kcal; B: 91.24 g; T: 52.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; W: 368.78 g; W tym cukry: 88.33 g; Bł.: 46.86 g; Sól: 7.12 g; WW: 32.27 Por; Ener. z B: 16.27 %; Ener. z W: 57.40 %; Ener. z T: 21.04 %; Ener. z Bł.: 4.18 %; K: 4376.75 mg;

	SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Marchew gotowana z olejem () 70 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
		II ŚN				Banan 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 130 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml
	PD					Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)
Kolacja	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.) Dżem 25 g 1 szt Brokuł gotowany* 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (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.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Papkowata b/ml	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych
2024-01-21 niedziela	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
		E: 2229.09 kcal; B: 83.78 g; T: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; W: 374.04 g; W tym cukry: 81.05 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 6.70 g; WW: 34.62 Por; Ener. z B: 15.03 %; Ener. z W: 62.01 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 2.55 %; K: 3694.57 mg;	E: 2407.34 kcal; B: 119.87 g; T: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; W: 384.25 g; W tym cukry: 94.98 g; Bł.: 28.11 g; Sól: 7.94 g; WW: 35.88 Por; Ener. z B: 19.92 %; Ener. z W: 59.18 %; Ener. z T: 18.04 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 4317.59 mg;	E: 2152.78 kcal; B: 91.61 g; T: 40.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.77 g; W: 366.23 g; W tym cukry: 82.14 g; Bł.: 27.50 g; Sól: 6.26 g; WW: 34.14 Por; Ener. z B: 17.02 %; Ener. z W: 62.94 %; Ener. z T: 17.02 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4006.34 mg;	E: 2359.88 kcal; B: 123.70 g; T: 40.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; W: 386.00 g; W tym cukry: 96.50 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 7.02 g; WW: 36.30 Por; Ener. z B: 20.97 %; Ener. z W: 61.02 %; Ener. z T: 15.36 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4462.22 mg;	E: 2480.18 kcal; B: 124.18 g; T: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; W: 389.46 g; W tym cukry: 105.67 g; Bł.: 43.94 g; Sól: 9.53 g; WW: 34.77 Por; Ener. z B: 20.03 %; Ener. z W: 55.73 %; Ener. z T: 20.17 %; Ener. z Bł.: 3.54 %; K: 5104.13 mg;

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL) Jabłko pieczone 150 g	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z olejem () 200 g (SEL) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 100 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Mandarynka 100 g		Mandarynka 100 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10g Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Miód (25g) 2 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Miód (25g) 2 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 40 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
4-01-15 poniedziałek	E: 2503.73 kcal; B: 89.60 g; T: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.31 g; W: 441.80 g; W tym cukry: 132.14 g; Bł.: 26.76 g; Sól: 8.93 g; WW: 41.58 Por; Ener. z B: 14.31 %; Ener. z W: 66.31 %; Ener. z T: 18.79 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4136.27 mg;	E: 2553.41 kcal; B: 87.65 g; T: 71.01 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; W: 409.75 g; W tym cukry: 89.55 g; Bł.: 38.39 g; Sól: 9.27 g; WW: 37.26 Por; Ener. z B: 13.73 %; Ener. z W: 58.17 %; Ener. z T: 25.03 %; Ener. z Bł.: 3.01 %; K: 4268.88 mg;	E: 2157.07 kcal; B: 35.93 g; T: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 398.74 g; W tym cukry: 90.62 g; Bł.: 19.06 g; Sól: 3.51 g; WW: 38.05 Por; Ener. z B: 6.66 %; Ener. z W: 70.41 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 1.77 %; K: 2893.34 mg;	E: 2161.25 kcal; B: 36.85 g; T: 54.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; W: 398.62 g; W tym cukry: 90.54 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 3.63 g; WW: 38.04 Por; Ener. z B: 6.82 %; Ener. z W: 70.25 %; Ener. z T: 22.65 %; Ener. z Bł.: 1.76 %; K: 2883.67 mg;	E: 2008.23 kcal; B: 76.52 g; T: 47.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.38 g; W: 336.23 g; W tym cukry: 147.65 g; Bł.: 16.30 g; Sól: 5.81 g; WW: 32.04 Por; Ener. z B: 15.24 %; Ener. z W: 63.72 %; Ener. z T: 21.36 %; Ener. z Bł.: 1.62 %; K: 2863.70 mg;
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Roszponka 20 g Pomidor koktajlowy 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
2024-01-16 wtorek	II ŚN	Banan 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Banan 150 g		Banan 150 g
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki () 100 g Filet z indyka gotowany 40 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Filet z indyka panierowany 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 10 g			Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-16 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.) Dżem 25 g 1 szt	
		E: 2698.43 kcal; B: 120.34 g; T: 62.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; W: 426.52 g; W tym cukry: 128.94 g; Bł.: 27.30 g; Sól: 9.52 g; WW: 40.22 Por; Ener. z B: 17.84 %; Ener. z W: 59.18 %; Ener. z T: 20.81 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 5111.11 mg;	E: 2204.92 kcal; B: 98.63 g; T: 39.20 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; W: 376.57 g; W tym cukry: 80.84 g; Bł.: 25.98 g; Sól: 8.74 g; WW: 35.30 Por; Ener. z B: 17.89 %; Ener. z W: 63.60 %; Ener. z T: 16.00 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 4009.56 mg;	E: 1980.35 kcal; B: 51.69 g; T: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 15.99 g; W: 342.40 g; W tym cukry: 75.12 g; Bł.: 19.08 g; Sól: 3.36 g; WW: 32.62 Por; Ener. z B: 10.44 %; Ener. z W: 65.31 %; Ener. z T: 21.69 %; Ener. z Bł.: 1.93 %; K: 3206.09 mg;	E: 1811.40 kcal; B: 40.10 g; T: 45.57 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 315.38 g; W tym cukry: 73.90 g; Bł.: 16.76 g; Sól: 2.99 g; WW: 30.15 Por; Ener. z B: 8.85 %; Ener. z W: 65.94 %; Ener. z T: 22.64 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 2391.09 mg;	E: 2007.86 kcal; B: 84.30 g; T: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; W: 298.13 g; W tym cukry: 93.74 g; Bł.: 20.22 g; Sól: 6.29 g; WW: 28.06 Por; Ener. z B: 16.79 %; Ener. z W: 55.36 %; Ener. z T: 25.47 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 3296.34 mg;
2024-01-17 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN		Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-17 środa	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 40 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Cukinia pieczona z olejem * 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)
	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (SOJ.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 30 g (RYB.) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 40 g (RYB.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)	
	E: 2706.88 kcal; B: 116.57 g; T: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 425.09 g; W tym cukry: 91.31 g; Bł.: 31.39 g; Sól: 7.37 g; WW: 39.45 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 58.18 %; Ener. z T: 22.72 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4294.41 mg;	E: 2307.99 kcal; B: 88.51 g; T: 46.87 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; W: 402.69 g; W tym cukry: 97.59 g; Bł.: 29.26 g; Sól: 7.59 g; WW: 37.45 Por; Ener. z B: 15.34 %; Ener. z W: 64.72 %; Ener. z T: 18.28 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 3491.58 mg;	E: 1970.11 kcal; B: 50.00 g; T: 47.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 342.19 g; W tym cukry: 65.16 g; Bł.: 21.49 g; Sól: 2.17 g; WW: 32.12 Por; Ener. z B: 10.15 %; Ener. z W: 65.11 %; Ener. z T: 21.72 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 2999.99 mg;	E: 2060.98 kcal; B: 42.94 g; T: 57.79 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; W: 349.53 g; W tym cukry: 73.68 g; Bł.: 21.40 g; Sól: 2.10 g; WW: 32.91 Por; Ener. z B: 8.33 %; Ener. z W: 63.69 %; Ener. z T: 25.24 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2926.94 mg;	E: 1877.11 kcal; B: 88.18 g; T: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.85 g; W: 272.95 g; W tym cukry: 78.51 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 5.58 g; WW: 25.45 Por; Ener. z B: 18.79 %; Ener. z W: 54.11 %; Ener. z T: 24.78 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3002.43 mg;	

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-18 czwartek	Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 10g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Pasztet z fasoli () 30 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g
	II ŚN	Melon 100 g				Melon 100 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (GLU PSZ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 200 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 150 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% # 5g Baton szynkowy z kurcząt 20 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Sałata zielona 10 g			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)
	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) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 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) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-18 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		E: 2455.53 kcal; B: 110.51 g; T: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 15.33 g; W: 391.86 g; W tym cukry: 94.28 g; Bł.: 26.16 g; Sól: 7.03 g; WW: 36.60 g; Ener. z B: 18.00 %; Ener. z W: 59.57 %; Ener. z T: 19.54 %; Ener. z Bł.: 2.13 %; K: 3829.25 mg;	E: 2318.41 kcal; B: 99.31 g; T: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.07 g; W: 375.20 g; W tym cukry: 73.50 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 7.84 g; WW: 34.79 g; Ener. z B: 17.13 %; Ener. z W: 60.01 %; Ener. z T: 19.74 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3203.98 mg;	E: 1862.28 kcal; B: 46.25 g; T: 48.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; W: 310.84 g; W tym cukry: 74.82 g; Bł.: 12.87 g; Sól: 2.45 g; WW: 29.95 g; Ener. z B: 9.93 %; Ener. z W: 64.00 %; Ener. z T: 23.35 %; Ener. z Bł.: 1.38 %; K: 2014.39 mg;	E: 1760.79 kcal; B: 41.13 g; T: 44.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; W: 298.35 g; W tym cukry: 73.84 g; Bł.: 12.04 g; Sól: 2.35 g; WW: 28.78 g; Ener. z B: 9.34 %; Ener. z W: 65.04 %; Ener. z T: 22.83 %; Ener. z Bł.: 1.37 %; K: 1882.84 mg;	E: 1708.70 kcal; B: 71.98 g; T: 37.58 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; W: 276.62 g; W tym cukry: 88.58 g; Bł.: 22.05 g; Sól: 3.82 g; WW: 25.49 g; Ener. z B: 16.85 %; Ener. z W: 59.59 %; Ener. z T: 19.80 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3245.84 mg;
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 120 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Mandarynka 100 g				Mandarynka 100 g
Obiad		Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 90 g Ryba smażona (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 50 g Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-19 piątek	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g		Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g
		E: 2881.28 kcal; B: 132.83 g; T: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; W: 449.81 g; W tym cukry: 107.84 g; Bł.: 36.03 g; Sól: 9.28 g; WW: 41.37 Por; Ener. z B: 18.44 %; Ener. z W: 57.44 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 4802.55 mg;	E: 2325.97 kcal; B: 81.01 g; T: 41.51 g; Kw. tł. nasy.: 9.63 g; W: 420.40 g; W tym cukry: 100.82 g; Bł.: 29.19 g; Sól: 7.47 g; WW: 39.21 Por; Ener. z B: 13.93 %; Ener. z W: 67.28 %; Ener. z T: 16.06 %; Ener. z Bł.: 2.51 %; K: 3660.51 mg;	E: 1989.95 kcal; B: 48.44 g; T: 51.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; W: 339.22 g; W tym cukry: 66.40 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 2.24 g; WW: 31.65 Por; Ener. z B: 9.74 %; Ener. z W: 63.56 %; Ener. z T: 23.50 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3385.69 mg;	E: 1884.85 kcal; B: 35.55 g; T: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.62 g; W: 333.91 g; W tym cukry: 65.46 g; Bł.: 22.88 g; Sól: 1.99 g; WW: 31.13 Por; Ener. z B: 7.54 %; Ener. z W: 66.01 %; Ener. z T: 23.11 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3222.68 mg;	E: 2184.88 kcal; B: 105.77 g; T: 61.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 309.37 g; W tym cukry: 105.60 g; Bł.: 18.20 g; Sól: 5.58 g; WW: 29.15 Por; Ener. z B: 19.36 %; Ener. z W: 53.31 %; Ener. z T: 25.37 %; Ener. z Bł.: 1.67 %; K: 3240.24 mg;
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Płatki owsiane na wodzie 300 ml (GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Roszponka 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Ketchup 10 g (SEL.) Roszponka 20 g
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 60 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 90 g Buraczki oprószone () 100 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g			Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)
2024-01-20 sobota	Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		E: 2611.31 kcal; B: 107.97 g; T: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 432.64 g; W tym cukry: 128.95 g; Bł.: 33.15 g; Sól: 7.82 g; WW: 40.05 Por; Ener. z B: 16.54 %; Ener. z W: 61.19 %; Ener. z T: 19.41 %; Ener. z Bł.: 2.54 %; K: 4322.89 mg;	E: 2142.04 kcal; B: 78.68 g; T: 41.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.77 g; W: 384.69 g; W tym cukry: 81.45 g; Bł.: 26.08 g; Sól: 7.80 g; WW: 35.94 Por; Ener. z B: 14.69 %; Ener. z W: 66.96 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.43 %; K: 3064.30 mg;	E: 1862.43 kcal; B: 41.18 g; T: 44.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.25 g; W: 327.06 g; W tym cukry: 70.29 g; Bł.: 17.04 g; Sól: 3.24 g; WW: 31.03 Por; Ener. z B: 8.84 %; Ener. z W: 66.58 %; Ener. z T: 21.68 %; Ener. z Bł.: 1.83 %; K: 2617.85 mg;	E: 1800.34 kcal; B: 33.02 g; T: 42.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 326.09 g; W tym cukry: 70.13 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 2.27 g; WW: 30.95 Por; Ener. z B: 7.34 %; Ener. z W: 68.70 %; Ener. z T: 21.14 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2584.28 mg;	E: 1818.42 kcal; B: 73.83 g; T: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; W: 259.90 g; W tym cukry: 82.71 g; Bł.: 17.78 g; Sól: 5.67 g; WW: 24.28 Por; Ener. z B: 16.24 %; Ener. z W: 53.26 %; Ener. z T: 28.11 %; Ener. z Bł.: 1.96 %; K: 2980.77 mg;

	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 10 g Banan 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Schab duszony 30 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Ziemniaki () 180 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 90 g Schab duszony 50 g Sos własny () 40 ml (GLU PSZ, SEL,) Surówka wielowarzywna z olejem () 50 g (SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Sałata zielona 20 g			Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (MLE,) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)
Kolacja	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa
2024-01-21	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
		E: 2531.68 kcal; B: 124.35 g; T: 52.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 403.58 g; W tym cukry: 113.08 g; Bł.: 34.67 g; Sól: 8.40 g; WW: 37.20 Por; Ener. z B: 19.65 %; Ener. z W: 58.29 %; Ener. z T: 18.76 %; Ener. z Bł.: 2.74 %; K: 4756.92 mg;	E: 2342.30 kcal; B: 99.70 g; T: 45.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; W: 395.16 g; W tym cukry: 82.41 g; Bł.: 29.53 g; Sól: 7.45 g; WW: 36.84 Por; Ener. z B: 17.03 %; Ener. z W: 62.44 %; Ener. z T: 17.55 %; Ener. z Bł.: 2.52 %; K: 4042.52 mg;	E: 1991.77 kcal; B: 55.72 g; T: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.59 g; W: 330.39 g; W tym cukry: 78.36 g; Bł.: 18.74 g; Sól: 3.08 g; WW: 31.34 Por; Ener. z B: 11.19 %; Ener. z W: 62.59 %; Ener. z T: 23.27 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3387.61 mg;	E: 1972.70 kcal; B: 51.70 g; T: 51.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; W: 329.62 g; W tym cukry: 78.26 g; Bł.: 18.60 g; Sól: 2.65 g; WW: 31.24 Por; Ener. z B: 10.48 %; Ener. z W: 63.06 %; Ener. z T: 23.47 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 3329.36 mg;	E: 1907.50 kcal; B: 96.16 g; T: 37.56 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; W: 303.30 g; W tym cukry: 102.38 g; Bł.: 21.37 g; Sól: 5.35 g; WW: 28.38 Por; Ener. z B: 20.16 %; Ener. z W: 59.12 %; Ener. z T: 17.72 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3312.27 mg;

	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Hummus 50 g (SEZ) Sałatka jarzynowa () 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Mandarynka 100 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 75 g (SOJ)
	II ŚN	Mandarynka 100 g			Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Mus z jabłek prażonych 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Ser żółty 25 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ)	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
4-01-15 poniedziałek		E: 3012.60 kcal; B: 111.79 g; T: 86.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; W: 467.44 g; W tym cukry: 168.03 g; Bł.: 28.39 g; Sól: 9.49 g; WW: 44.03 Por; Ener. z B: 14.84 %; Ener. z W: 58.30 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3845.95 mg;	E: 2306.43 kcal; B: 85.15 g; T: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; W: 401.60 g; W tym cukry: 117.26 g; Bł.: 40.40 g; Sól: 9.16 g; WW: 36.22 Por; Ener. z B: 14.77 %; Ener. z W: 62.64 %; Ener. z T: 21.06 %; Ener. z Bł.: 3.50 %; K: 4145.87 mg;	E: 2121.43 kcal; B: 61.68 g; T: 55.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.92 g; W: 354.89 g; W tym cukry: 89.10 g; Bł.: 19.51 g; Sól: 5.76 g; WW: 33.57 Por; Ener. z B: 11.63 %; Ener. z W: 63.24 %; Ener. z T: 23.51 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3329.91 mg;	E: 2424.55 kcal; B: 77.59 g; T: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; W: 380.81 g; W tym cukry: 101.27 g; Bł.: 29.91 g; Sól: 9.34 g; WW: 35.19 Por; Ener. z B: 12.80 %; Ener. z W: 57.89 %; Ener. z T: 27.75 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 3105.65 mg;	E: 2591.80 kcal; B: 107.38 g; T: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; W: 401.05 g; W tym cukry: 100.28 g; Bł.: 27.81 g; Sól: 7.94 g; WW: 37.46 Por; Ener. z B: 16.57 %; Ener. z W: 57.60 %; Ener. z T: 24.91 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3783.22 mg;
	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Kiwi 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Twarożek 80 g (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
2024-01-16 wtorek	II ŚN	Banan 150 g				Banan 150 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka panierowany 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 80 ml (MLE.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)				Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-16 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ, SEL) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 25 g (MLE) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Dżem 25 g 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Dżem 25 g 1 szt
		E: 2819.23 kcal; B: 107.70 g; T: 82.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.63 g; W: 425.46 g; W tym cukry: 101.36 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 9.29 g; WW: 39.74 Por; Ener. z B: 15.28 %; Ener. z W: 56.01 %; Ener. z T: 26.19 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 4483.23 mg;	E: 2551.15 kcal; B: 107.61 g; T: 67.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; W: 397.98 g; W tym cukry: 104.22 g; Bł.: 43.50 g; Sól: 8.82 g; WW: 35.75 Por; Ener. z B: 16.87 %; Ener. z W: 55.58 %; Ener. z T: 23.92 %; Ener. z Bł.: 3.41 %; K: 5140.16 mg;	E: 2239.62 kcal; B: 84.81 g; T: 62.94 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; W: 339.19 g; W tym cukry: 81.47 g; Bł.: 21.85 g; Sól: 5.44 g; WW: 31.96 Por; Ener. z B: 15.15 %; Ener. z W: 56.68 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 1.95 %; K: 4033.07 mg;	E: 2709.71 kcal; B: 99.07 g; T: 87.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; W: 392.75 g; W tym cukry: 101.71 g; Bł.: 43.51 g; Sól: 8.65 g; WW: 35.22 Por; Ener. z B: 14.62 %; Ener. z W: 51.55 %; Ener. z T: 29.07 %; Ener. z Bł.: 3.21 %; K: 4069.29 mg;	E: 2509.96 kcal; B: 103.52 g; T: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; W: 430.22 g; W tym cukry: 107.09 g; Bł.: 22.87 g; Sól: 6.73 g; WW: 40.86 Por; Ener. z B: 16.50 %; Ener. z W: 64.92 %; Ener. z T: 16.56 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 4471.50 mg;
2024-01-17 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Powidła śliwkowe 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-17 środa	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 80 ml (SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kotlety z soczewicy () 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.)				Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml
	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (RYB.) Ser żółty 25 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
		E: 2775.48 kcal; B: 119.96 g; T: 72.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.47 g; W: 423.12 g; W tym cukry: 88.87 g; Bł.: 30.75 g; Sól: 8.66 g; WW: 39.27 Por; Ener. z B: 17.29 %; Ener. z W: 56.55 %; Ener. z T: 23.67 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4128.68 mg;	E: 2502.33 kcal; B: 111.09 g; T: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 365.17 g; W tym cukry: 64.15 g; Bł.: 44.82 g; Sól: 8.47 g; WW: 32.06 Por; Ener. z B: 17.76 %; Ener. z W: 51.21 %; Ener. z T: 27.17 %; Ener. z Bł.: 3.58 %; K: 4277.34 mg;	E: 2338.97 kcal; B: 95.71 g; T: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; W: 326.28 g; W tym cukry: 69.74 g; Bł.: 21.27 g; Sól: 5.32 g; WW: 30.50 Por; Ener. z B: 16.37 %; Ener. z W: 52.16 %; Ener. z T: 29.13 %; Ener. z Bł.: 1.82 %; K: 3787.57 mg;	E: 3198.25 kcal; B: 109.97 g; T: 124.67 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; W: 430.18 g; W tym cukry: 86.99 g; Bł.: 49.64 g; Sól: 9.16 g; WW: 38.11 Por; Ener. z B: 13.75 %; Ener. z W: 47.59 %; Ener. z T: 35.08 %; Ener. z Bł.: 3.10 %; K: 4699.30 mg;	E: 2724.98 kcal; B: 112.58 g; T: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; W: 426.12 g; W tym cukry: 90.13 g; Bł.: 20.48 g; Sól: 6.35 g; WW: 40.71 Por; Ener. z B: 16.53 %; Ener. z W: 59.54 %; Ener. z T: 23.75 %; Ener. z Bł.: 1.50 %; K: 3243.16 mg;

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 25 g Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Paszтет z fasoli () 60 g (GLU PSZ, JAJ) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g Melon 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR)
	II ŚN	Melon 100 g				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z łop wp () 300 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki () 180 g Klopsik wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)			Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Leczo wegetariańskie z soczewicą 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Mandarynka 100 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-18 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
		E: 2468.12 kcal; B: 105.38 g; T: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; W: 374.12 g; W tym cukry: 98.12 g; Bł.: 30.19 g; Sól: 5.18 g; WW: 34.48 Por; Ener. z B: 17.08 %; Ener. z W: 55.74 %; Ener. z T: 23.80 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 4435.51 mg;	E: 2408.40 kcal; B: 103.15 g; T: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.36 g; W: 369.43 g; W tym cukry: 88.62 g; Bł.: 36.37 g; Sól: 5.36 g; WW: 33.39 Por; Ener. z B: 17.13 %; Ener. z W: 55.32 %; Ener. z T: 24.04 %; Ener. z Bł.: 3.02 %; K: 4577.34 mg;	E: 2350.26 kcal; B: 91.06 g; T: 69.38 g; Kw. tł. nasy.: 20.93 g; W: 343.45 g; W tym cukry: 90.17 g; Bł.: 17.33 g; Sól: 2.98 g; WW: 32.65 Por; Ener. z B: 15.50 %; Ener. z W: 55.50 %; Ener. z T: 26.57 %; Ener. z Bł.: 1.47 %; K: 3295.95 mg;	E: 2340.31 kcal; B: 69.23 g; T: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; W: 370.70 g; W tym cukry: 101.37 g; Bł.: 37.25 g; Sól: 4.54 g; WW: 33.41 Por; Ener. z B: 11.83 %; Ener. z W: 56.99 %; Ener. z T: 27.18 %; Ener. z Bł.: 3.18 %; K: 4166.56 mg;	E: 2411.83 kcal; B: 102.28 g; T: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; W: 375.08 g; W tym cukry: 85.32 g; Bł.: 28.35 g; Sól: 8.74 g; WW: 34.71 Por; Ener. z B: 16.96 %; Ener. z W: 57.50 %; Ener. z T: 22.85 %; Ener. z Bł.: 2.35 %; K: 4205.07 mg;
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 25 g Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Mandarynka 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Mandarynka 100 g				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik ryżowy z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) (bez glutenu) 100 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez glutenu) () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-19 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g
	PN	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g
		E: 3151.61 kcal; B: 146.00 g; T: 92.71 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; W: 445.32 g; W tym cukry: 114.03 g; Bł.: 29.48 g; Sól: 9.25 g; WW: 41.57 Por; Ener. z B: 18.53 %; Ener. z W: 52.78 %; Ener. z T: 26.47 %; Ener. z Bł.: 1.87 %; K: 4667.61 mg;	E: 2735.66 kcal; B: 132.99 g; T: 77.40 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; W: 395.71 g; W tym cukry: 98.13 g; Bł.: 40.87 g; Sól: 8.67 g; WW: 35.47 Por; Ener. z B: 19.44 %; Ener. z W: 51.88 %; Ener. z T: 25.46 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 5057.88 mg;	E: 2581.63 kcal; B: 107.12 g; T: 78.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; W: 368.55 g; W tym cukry: 81.00 g; Bł.: 21.93 g; Sól: 5.53 g; WW: 34.63 Por; Ener. z B: 16.60 %; Ener. z W: 53.71 %; Ener. z T: 27.37 %; Ener. z Bł.: 1.70 %; K: 4277.23 mg;	E: 2828.64 kcal; B: 130.22 g; T: 84.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; W: 401.11 g; W tym cukry: 89.42 g; Bł.: 35.82 g; Sól: 9.09 g; WW: 36.52 Por; Ener. z B: 18.41 %; Ener. z W: 51.66 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 2.53 %; K: 4450.77 mg;	E: 2715.37 kcal; B: 120.78 g; T: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.87 g; W: 425.81 g; W tym cukry: 104.23 g; Bł.: 25.69 g; Sól: 6.42 g; WW: 39.99 Por; Ener. z B: 17.79 %; Ener. z W: 58.94 %; Ener. z T: 21.19 %; Ener. z Bł.: 1.89 %; K: 4190.92 mg;
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzo na 60 g Pomidor 80 g Roszponka 20 g Ketchup 10 g (SEL.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzo na 60 g Ser żółty 25 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 80 g (SEZ.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Roszponka 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt

	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	
2024-01-20 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 150 g (SEL.) Ryż na sypko 180 g Buraczki gotowane () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlet z cieciorki i pieczarek 300 g (GLU PSZ.) Buraczki oprószone () 200 g (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)				Galaretką o smaku pomarańczowym 200 g
2024-01-20 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 50 g (SOJ.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt				
	E: 2576.78 kcal; B: 97.99 g; T: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 33.97 g; W: 394.93 g; W tym cukry: 95.74 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 8.45 g; WW: 36.88 Por; Ener. z B: 15.21 %; Ener. z W: 57.15 %; Ener. z T: 25.14 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 3693.59 mg;	E: 2461.49 kcal; B: 96.31 g; T: 73.91 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; W: 369.85 g; W tym cukry: 88.70 g; Bł.: 47.18 g; Sól: 8.02 g; WW: 32.31 Por; Ener. z B: 15.65 %; Ener. z W: 52.44 %; Ener. z T: 27.03 %; Ener. z Bł.: 3.83 %; K: 4415.42 mg;	E: 2207.39 kcal; B: 70.00 g; T: 54.88 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 362.95 g; W tym cukry: 106.60 g; Bł.: 23.01 g; Sól: 4.43 g; WW: 34.05 Por; Ener. z B: 12.68 %; Ener. z W: 61.60 %; Ener. z T: 22.38 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3702.75 mg;	E: 2960.59 kcal; B: 94.50 g; T: 112.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 397.09 g; W tym cukry: 105.63 g; Bł.: 54.53 g; Sól: 7.13 g; WW: 34.38 Por; Ener. z B: 12.77 %; Ener. z W: 46.28 %; Ener. z T: 34.27 %; Ener. z Bł.: 3.68 %; K: 3943.16 mg;	E: 2278.18 kcal; B: 87.35 g; T: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.38 g; W: 385.95 g; W tym cukry: 87.54 g; Bł.: 26.54 g; Sól: 7.33 g; WW: 36.05 Por; Ener. z B: 15.34 %; Ener. z W: 63.10 %; Ener. z T: 20.89 %; Ener. z Bł.: 2.33 %; K: 3086.45 mg;	

	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR.) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g</p>
	II ŚN	Banan 150 g			Banan 150 g	
	Obiad	<p>Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (SEL.) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	
	PD	<p>Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)</p>	<p>Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE.) Mieszanka studencka 30 g (OZI, ORZ.)</p>			<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)</p>
	Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>

		SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna
2024-01-21	niedziele	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	PN	E: 2727.80 kcal; B: 130.28 g; T: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; W: 434.72 g; W tym cukry: 114.41 g; Bł.: 30.73 g; Sól: 9.97 g; WW: 40.58 Por; Ener. z B: 19.10 %; Ener. z W: 59.24 %; Ener. z T: 18.80 %; Ener. z Bł.: 2.25 %; K: 4534.10 mg;	E: 2668.80 kcal; B: 128.96 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; W: 412.98 g; W tym cukry: 117.05 g; Bł.: 43.90 g; Sól: 9.51 g; WW: 37.13 Por; Ener. z B: 19.33 %; Ener. z W: 55.32 %; Ener. z T: 21.95 %; Ener. z Bł.: 3.29 %; K: 5107.57 mg;	E: 2397.70 kcal; B: 101.61 g; T: 58.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 371.43 g; W tym cukry: 95.69 g; Bł.: 24.14 g; Sól: 6.42 g; WW: 34.87 Por; Ener. z B: 16.95 %; Ener. z W: 57.94 %; Ener. z T: 21.97 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 4091.86 mg;	E: 2510.95 kcal; B: 101.90 g; T: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; W: 392.60 g; W tym cukry: 96.67 g; Bł.: 46.75 g; Sól: 9.93 g; WW: 34.73 Por; Ener. z B: 16.23 %; Ener. z W: 55.10 %; Ener. z T: 22.75 %; Ener. z Bł.: 3.72 %; K: 3852.70 mg;	E: 2604.85 kcal; B: 126.09 g; T: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; W: 409.32 g; W tym cukry: 112.74 g; Bł.: 22.02 g; Sól: 7.03 g; WW: 38.91 Por; Ener. z B: 19.36 %; Ener. z W: 59.47 %; Ener. z T: 19.00 %; Ener. z Bł.: 1.69 %; K: 4072.88 mg;

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (MLE, SEL)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Sałatka jarzynowa - dieta () 200 g (MLE, SEL) Jabłko pieczone 150 g	
	II ŚN	Mandarynka 100 g			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 40 g (SEL) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (SEL) Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ)		

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
4-01-15 poniedziałek		E: 1694.65 kcal; B: 56.79 g; T: 32.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.17 g; W: 310.25 g; W tym cukry: 126.29 g; Bł.: 15.80 g; Sól: 4.45 g; WW: 29.51 Por; Ener. z B: 13.40 %; Ener. z W: 69.50 %; Ener. z T: 17.32 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3111.45 mg;	E: 2477.73 kcal; B: 82.70 g; T: 48.98 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; W: 449.80 g; W tym cukry: 144.24 g; Bł.: 26.76 g; Sól: 8.00 g; WW: 42.38 Por; Ener. z B: 13.35 %; Ener. z W: 68.30 %; Ener. z T: 17.79 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 4056.27 mg;	E: 2167.88 kcal; B: 79.96 g; T: 36.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 403.78 g; W tym cukry: 108.31 g; Bł.: 25.58 g; Sól: 6.42 g; WW: 37.92 Por; Ener. z B: 14.75 %; Ener. z W: 69.78 %; Ener. z T: 15.17 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3764.97 mg;
	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor koktajlowy 80 g Roszponka 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynkowa dębowa kief.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
2024-01-16 wtorek	II ŚN	Banan 150 g		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 90 g Filet z indyka gotowany 70 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Filet z indyka gotowany 100 g Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy z indyka 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy* 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)			

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-16 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Dżem 25 g 1 szt		
		E: 1871.67 kcal; B: 85.76 g; T: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; W: 285.22 g; W tym cukry: 92.47 g; Bł.: 17.26 g; Sól: 6.26 g; WW: 27.05 Por; Ener. z B: 18.33 %; Ener. z W: 57.27 %; Ener. z T: 22.34 %; Ener. z Bł.: 1.84 %; K: 3336.32 mg;	E: 2543.53 kcal; B: 110.08 g; T: 58.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.78 g; W: 406.66 g; W tym cukry: 97.64 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 9.24 g; WW: 38.25 Por; Ener. z B: 17.31 %; Ener. z W: 59.66 %; Ener. z T: 20.67 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4527.18 mg;	E: 2650.92 kcal; B: 112.53 g; T: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; W: 404.79 g; W tym cukry: 113.50 g; Bł.: 28.41 g; Sól: 9.50 g; WW: 37.68 Por; Ener. z B: 16.98 %; Ener. z W: 56.79 %; Ener. z T: 23.86 %; Ener. z Bł.: 2.14 %; K: 4492.09 mg;
2024-01-17 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-01-17 środa	Obiad	Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 90 g Pieczeń rzymska wieprzowa 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 40 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Surówka z marchwi z olejem () 50 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 40 g (<u>RYB,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szyńka z piersią kurczaka-wędł.z drob.gr.rozd.parzo.w osł.niejadalnej 25 g (<u>SOJ,</u>) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g (<u>RYB,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u>)			
		E: 1828.70 kcal; B: 84.76 g; T: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; W: 280.14 g; W tym cukry: 80.47 g; Bł.: 19.63 g; Sól: 4.28 g; WW: 26.17 Por; Ener. z B: 18.54 %; Ener. z W: 56.98 %; Ener. z T: 23.12 %; Ener. z Bł.: 2.15 %; K: 3243.69 mg;	E: 2706.23 kcal; B: 116.54 g; T: 68.35 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 424.94 g; W tym cukry: 91.20 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 7.36 g; WW: 39.44 Por; Ener. z B: 17.23 %; Ener. z W: 58.17 %; Ener. z T: 22.73 %; Ener. z Bł.: 2.32 %; K: 4284.75 mg;	E: 2521.15 kcal; B: 109.62 g; T: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; W: 389.23 g; W tym cukry: 67.54 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 6.97 g; WW: 36.18 Por; Ener. z B: 17.39 %; Ener. z W: 57.35 %; Ener. z T: 23.52 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 3937.34 mg;	

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych	
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Pomidorki koktajlowe 80 g Rukola 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpięprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 50 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	
	II ŚN	Melon 100 g			
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 200 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta * 300 g Mandarynka 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-18 czwartek	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		
		E: 1494.23 kcal; B: 68.53 g; T: 31.10 g; Kw. tł. nasy.: 9.50 g; W: 240.54 g; W tym cukry: 94.84 g; Bł.: 15.32 g; Sól: 3.26 g; WW: 22.60 Por; Ener. z B: 18.35 %; Ener. z W: 60.29 %; Ener. z T: 18.73 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2970.60 mg;	E: 2158.89 kcal; B: 97.44 g; T: 50.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.99 g; W: 337.54 g; W tym cukry: 103.08 g; Bł.: 22.94 g; Sól: 4.90 g; WW: 31.54 Por; Ener. z B: 18.05 %; Ener. z W: 58.29 %; Ener. z T: 20.91 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3834.80 mg;	E: 2459.11 kcal; B: 97.87 g; T: 56.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; W: 407.49 g; W tym cukry: 119.77 g; Bł.: 37.36 g; Sól: 7.10 g; WW: 37.09 Por; Ener. z B: 15.92 %; Ener. z W: 60.21 %; Ener. z T: 20.52 %; Ener. z Bł.: 3.04 %; K: 4081.62 mg;
2024-01-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Mandarynka 100 g		
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 40 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)			

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-19 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ. MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ. MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z białek z koperkiem 80 g (JAJ. MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g
		E: 2085.52 kcal; B: 97.56 g; T: 46.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 328.04 g; W tym cukry: 106.16 g; Bł.: 17.53 g; Sól: 5.00 g; WW: 31.13 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 59.56 %; Ener. z T: 19.86 %; Ener. z Bł.: 1.68 %; K: 3223.20 mg;	E: 2944.30 kcal; B: 130.88 g; T: 67.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.50 g; W: 466.45 g; W tym cukry: 116.73 g; Bł.: 29.43 g; Sól: 8.46 g; WW: 43.75 Por; Ener. z B: 17.78 %; Ener. z W: 59.37 %; Ener. z T: 20.65 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 4635.55 mg;	E: 2756.12 kcal; B: 118.95 g; T: 65.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 436.13 g; W tym cukry: 99.32 g; Bł.: 30.42 g; Sól: 6.87 g; WW: 40.64 Por; Ener. z B: 17.26 %; Ener. z W: 58.88 %; Ener. z T: 21.41 %; Ener. z Bł.: 2.21 %; K: 4495.08 mg;
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Roszponka 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	II ŚN	Jabłko 1 szt 1 szt		

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-20 sobota	Obiad	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 90 g Potrawka drobiowa () 60 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki oprószone () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>)		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		
		E: 1616.96 kcal; B: 70.54 g; T: 33.86 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; W: 264.49 g; W tym cukry: 91.35 g; Bł.: 16.26 g; Sól: 4.43 g; WW: 24.91 g; Ener. z B: 17.45 %; Ener. z W: 61.41 %; Ener. z T: 18.85 %; Ener. z Bł.: 2.01 %; K: 2971.86 mg;	E: 2462.95 kcal; B: 104.60 g; T: 52.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; W: 404.86 g; W tym cukry: 105.84 g; Bł.: 26.60 g; Sól: 7.41 g; WW: 37.90 g; Ener. z B: 16.99 %; Ener. z W: 61.43 %; Ener. z T: 19.13 %; Ener. z Bł.: 2.16 %; K: 3994.27 mg;	E: 2308.26 kcal; B: 97.48 g; T: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; W: 380.43 g; W tym cukry: 103.45 g; Bł.: 26.48 g; Sól: 7.19 g; WW: 35.47 g; Ener. z B: 16.89 %; Ener. z W: 61.34 %; Ener. z T: 19.15 %; Ener. z Bł.: 2.29 %; K: 3862.29 mg;

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-21 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 25 g Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 25 g Pomidor b/skórki 80 g Mix sałat 20 g Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml
	II ŚN	Banan 150 g		
	Obiad	Ryżowa () 250 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 90 g Pulpet wieprzowy 50 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos zielony 40 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos zielony 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku czekoladowym z/c 100 ml (MLE,) Biskopki b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE,) Biskopki b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ,)	
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt

		SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwo strawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2024-01-21	niedziele	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Biszkopty b/c 30 g (GLU PSZ. JAJ.)		
	PN	E: 1883.06 kcal; B: 89.95 g; T: 37.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; W: 302.43 g; W tym cukry: 98.46 g; Bł.: 18.74 g; Sól: 5.24 g; WW: 28.59 Por; Ener. z B: 19.11 %; Ener. z W: 60.26 %; Ener. z T: 17.85 %; Ener. z Bł.: 1.99 %; K: 2988.69 mg;	E: 2709.43 kcal; B: 119.98 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; W: 438.86 g; W tym cukry: 110.59 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 8.39 g; WW: 41.32 Por; Ener. z B: 17.71 %; Ener. z W: 60.56 %; Ener. z T: 19.01 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4253.13 mg;	E: 2359.88 kcal; B: 123.70 g; T: 40.27 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; W: 386.00 g; W tym cukry: 96.50 g; Bł.: 25.97 g; Sól: 7.02 g; WW: 36.30 Por; Ener. z B: 20.97 %; Ener. z W: 61.02 %; Ener. z T: 15.36 %; Ener. z Bł.: 2.20 %; K: 4462.22 mg;

<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,