

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-25 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Sernik 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Sernik 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> )	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sernik 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Kalafior gotowany* 70 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> )	Płatki pszenne na wodzie 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 200 g
		II ŚN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por						Jabłko pieczone 150 g		
		Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ćwikła z chrzanem b/c () 200 g ( <b>MLE, SO2.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml		Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la fromage z ziołami 40 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la fromage z ziołami 40 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-25 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt									Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
			E: 2785.62 kcal; B: 144.57 g; T: 77.20 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; W: 395.18 g; W tym cukry: 98.42 g; Bł.: 41.62 g; Sól: 10.12 g;	E: 3125.62 kcal; B: 155.43 g; T: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.67 g; W: 443.24 g; W tym cukry: 123.42 g; Bł.: 41.66 g; Sól: 10.35 g;	E: 3149.12 kcal; B: 156.73 g; T: 89.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; W: 446.49 g; W tym cukry: 123.22 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 10.25 g;	E: 3173.42 kcal; B: 154.38 g; T: 82.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; W: 473.19 g; W tym cukry: 132.37 g; Bł.: 37.56 g; Sól: 10.64 g;	E: 2583.21 kcal; B: 149.69 g; T: 75.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; W: 344.99 g; W tym cukry: 62.33 g; Bł.: 44.27 g; Sól: 10.21 g;	E: 2521.91 kcal; B: 132.65 g; T: 78.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; W: 340.28 g; W tym cukry: 57.21 g; Bł.: 45.13 g; Sól: 10.23 g;	E: 2629.19 kcal; B: 145.57 g; T: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; W: 361.07 g; W tym cukry: 63.34 g; Bł.: 35.78 g; Sól: 10.75 g;	E: 2472.56 kcal; B: 111.74 g; T: 53.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.28 g; W: 401.75 g; W tym cukry: 114.93 g; Bł.: 33.28 g; Sól: 9.78 g;	E: 2885.57 kcal; B: 145.29 g; T: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; W: 416.28 g; W tym cukry: 98.56 g; Bł.: 37.48 g; Sól: 10.25 g;	E: 2640.30 kcal; B: 128.74 g; T: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; W: 383.43 g; W tym cukry: 83.35 g; Bł.: 39.43 g; Sól: 9.71 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-26 wtorek	Śniadanie III ŚN	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dyńa z wody 70 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 150 g
				Banan 150 g		Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g			
2023-12-26 wtorek	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
			Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa Krakowska drobiowa grubo rozdrobniona, wędzona parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g				

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-26 wtorek	Kolaćja	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 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.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 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.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) 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,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 80 g Rukola 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)
	E: 2364.53 kcal; B: 121.60 g; T: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 356.54 g; W tym cukry: 77.09 g; Bł.: 27.63 g; Sól: 8.73 g;	E: 2534.95 kcal; B: 124.30 g; T: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; W: 389.02 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 27.63 g; Sól: 8.92 g;	E: 2563.05 kcal; B: 127.04 g; T: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; W: 391.95 g; W tym cukry: 86.29 g; Bł.: 24.60 g; Sól: 8.41 g;	E: 2573.98 kcal; B: 125.27 g; T: 57.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; W: 395.23 g; W tym cukry: 85.89 g; Bł.: 20.82 g; Sól: 7.50 g;	E: 2151.03 kcal; B: 113.76 g; T: 57.29 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; W: 312.47 g; W tym cukry: 48.86 g; Bł.: 42.17 g; Sól: 9.17 g;	E: 2016.28 kcal; B: 106.88 g; T: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; W: 294.24 g; W tym cukry: 31.38 g; Bł.: 42.03 g; Sól: 11.52 g;	E: 2220.23 kcal; B: 115.28 g; T: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.04 g; W: 321.74 g; W tym cukry: 36.47 g; Bł.: 22.98 g; Sól: 8.69 g;	E: 2219.91 kcal; B: 103.39 g; T: 50.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; W: 341.86 g; W tym cukry: 83.58 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 6.65 g;	E: 2411.35 kcal; B: 117.87 g; T: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 370.72 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.68 g;	E: 2168.78 kcal; B: 102.30 g; T: 40.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 354.72 g; W tym cukry: 68.49 g; Bł.: 19.20 g; Sól: 8.38 g;	

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna	
2023-12-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g Gruszka 150 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g
		II ŚN	Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Gruszka 150 g		Jabłko pieczone 150 g			
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kopytka ziemniaczane () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ryż na sytko 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średni o rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średni o rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )					

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-27 środa	Kolacja									
	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Rzodkiew biała 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt		
	E: 2466.81 kcal; B: 91.36 g; T: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; W: 372.78 g; W tym cukry: 85.44 g; Bł.: 45.18 g; Sól: 6.85 g;	E: 2745.01 kcal; B: 100.42 g; T: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.38 g; W: 421.74 g; W tym cukry: 110.44 g; Bł.: 45.22 g; Sól: 7.08 g;	E: 2792.01 kcal; B: 103.02 g; T: 80.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; W: 428.24 g; W tym cukry: 110.04 g; Bł.: 38.62 g; Sól: 6.89 g;	E: 2723.47 kcal; B: 91.54 g; T: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; W: 465.42 g; W tym cukry: 111.47 g; Bł.: 33.40 g; Sól: 7.09 g;	E: 2144.59 kcal; B: 88.56 g; T: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; W: 329.11 g; W tym cukry: 49.25 g; Bł.: 55.37 g; Sól: 6.55 g;	E: 2112.72 kcal; B: 86.37 g; T: 57.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; W: 334.17 g; W tym cukry: 43.96 g; Bł.: 59.51 g; Sól: 7.31 g;	E: 2133.37 kcal; B: 88.87 g; T: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; W: 340.78 g; W tym cukry: 42.43 g; Bł.: 31.25 g; Sól: 6.16 g;	E: 2420.06 kcal; B: 94.21 g; T: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; W: 391.18 g; W tym cukry: 84.95 g; Bł.: 28.61 g; Sól: 5.50 g;	E: 2173.15 kcal; B: 80.65 g; T: 50.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; W: 362.43 g; W tym cukry: 77.22 g; Bł.: 32.94 g; Sól: 5.50 g;	E: 2283.98 kcal; B: 90.62 g; T: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.90 g; W: 366.06 g; W tym cukry: 77.22 g; Bł.: 32.94 g; Sól: 8.27 g;
2023-12-28 czwartek	Śniadanie									
	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE. GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa () 200 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 150 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE. GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa () 200 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE. GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE. GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE. SEL.</u> ) Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salata zielona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE. SEL.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE. SEL.</u> ) Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE. GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <u>MLE. SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 150 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ. OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa 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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 25 g Pasta warzywna* 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Banan 150 g

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
II ŚN		Banan 150 g			Jabłko 150 g		Jabłko pieczone 150 g	Banan 150 g		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryż brązowy) 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Naleśniki ruskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 200 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryż brązowy) 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryż brązowy) 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Ryż na sypko 180 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <b>SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Herbatniki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek () z/c 200 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml			
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 szt Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 szt Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Leczo z indykiem 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek a'la homogenizowany z ziołami 150 g ( <b>MLE.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 70 g ( <b>SEL.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 szt Por ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	

2023-12-28 czwartek

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-28 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			
		E: 2752.68 kcal; B: 95.42 g; T: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.49 g; W: 441.71 g; W tym cukry: 133.96 g; Bł.: 48.12 g; Sól: 7.84 g;	E: 3063.38 kcal; B: 99.00 g; T: 78.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; W: 508.61 g; W tym cukry: 153.99 g; Bł.: 54.11 g; Sól: 8.08 g;	E: 3703.45 kcal; B: 110.29 g; T: 100.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; W: 611.96 g; W tym cukry: 161.19 g; Bł.: 52.52 g; Sól: 8.15 g;	E: 2725.48 kcal; B: 96.22 g; T: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 449.87 g; W tym cukry: 149.73 g; Bł.: 44.71 g; Sól: 6.50 g;	E: 2407.49 kcal; B: 98.81 g; T: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.02 g; W: 375.11 g; W tym cukry: 61.43 g; Bł.: 54.58 g; Sól: 8.96 g;	E: 2151.15 kcal; B: 92.85 g; T: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; W: 333.57 g; W tym cukry: 56.71 g; Bł.: 55.64 g; Sól: 7.97 g;	E: 2456.80 kcal; B: 106.51 g; T: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 400.13 g; W tym cukry: 126.13 g; Bł.: 41.10 g; Sól: 9.36 g;	E: 2649.49 kcal; B: 108.32 g; T: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; W: 435.08 g; W tym cukry: 126.13 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 7.11 g;	E: 2603.08 kcal; B: 100.38 g; T: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; W: 454.33 g; W tym cukry: 130.00 g; Bł.: 42.20 g; Sól: 7.64 g;	E: 2242.11 kcal; B: 80.11 g; T: 41.38 g; Kw. tł. nasy.: 8.26 g; W: 403.70 g; W tym cukry: 109.32 g; Bł.: 37.35 g; Sól: 6.48 g;
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 2 szt	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 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> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzepa biała 80 g Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa b/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dynam z wody 70 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 2 szt	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mandarynka 2 szt
	II ŚN	Mandarynka 2 szt									Jabłko pieczone 150 g



	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-29 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Serek homo z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Brokuł gotowany* 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Serek homo z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-29 piątek	E: 2763.24 kcal; B: 122.40 g; T: 87.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.38 g; W: 389.58 g; W tym cukry: 111.40 g; Bł.: 40.24 g; Sól: 9.20 g;	E: 2851.24 kcal; B: 125.50 g; T: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; W: 403.58 g; W tym cukry: 120.40 g; Bł.: 40.69 g; Sól: 9.30 g;	E: 2879.34 kcal; B: 128.24 g; T: 89.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; W: 406.51 g; W tym cukry: 121.12 g; Bł.: 37.66 g; Sól: 8.78 g;	E: 2684.50 kcal; B: 129.62 g; T: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; W: 398.33 g; W tym cukry: 118.33 g; Bł.: 32.92 g; Sól: 9.10 g;	E: 2353.62 kcal; B: 122.19 g; T: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 31.68 g; W: 331.03 g; W tym cukry: 64.78 g; Bł.: 50.06 g; Sól: 9.06 g;	E: 2019.93 kcal; B: 87.28 g; T: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; W: 305.25 g; W tym cukry: 43.38 g; Bł.: 47.57 g; Sól: 9.02 g;	E: 2550.34 kcal; B: 127.31 g; T: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; W: 374.72 g; W tym cukry: 61.53 g; Bł.: 35.50 g; Sól: 10.42 g;	E: 2584.16 kcal; B: 115.68 g; T: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 397.38 g; W tym cukry: 95.65 g; Bł.: 34.30 g; Sól: 9.84 g;	E: 2595.85 kcal; B: 126.49 g; T: 68.38 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 384.18 g; W tym cukry: 109.23 g; Bł.: 32.44 g; Sól: 8.99 g;	E: 2268.38 kcal; B: 84.03 g; T: 57.48 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; W: 370.72 g; W tym cukry: 78.03 g; Bł.: 33.80 g; Sól: 9.39 g;
2023-12-30 sobota	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kiwi 1 szt 1 szt	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g Ketchup 20 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Miód (25g) 1 szt Szpinak gotowany z olejem* 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt	Śniadanie Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml ( <b>GLU JEĆZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt
III ŚN		Kiwi 1 szt 1 szt		Banan 1szt. 1 szt		Kiwi 1 szt 1 szt	Jabłko 150 g	Banan 1szt. 1 szt		
Obiad	Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Koperkowa z ryżem (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )			

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-30 sobota	Kolażja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 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 kiel. wp. gr. rozdz.wędz. parzo. z dodat.wody w ost.niejad 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
		PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g		Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Salata zielona 5 g
	E: 2714.94 kcal; B: 89.78 g; T: 102.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.33 g; W: 373.43 g; W tym cukry: 63.14 g; Bł.: 36.10 g; Sól: 13.95 g;	E: 3078.34 kcal; B: 98.01 g; T: 115.40 g; Kw. tł. nasy.: 46.42 g; W: 425.99 g; W tym cukry: 88.14 g; Bł.: 36.14 g; Sól: 14.32 g;	E: 3169.55 kcal; B: 114.45 g; T: 106.98 g; Kw. tł. nasy.: 42.41 g; W: 449.39 g; W tym cukry: 96.49 g; Bł.: 31.87 g; Sól: 12.00 g;	E: 2935.59 kcal; B: 106.94 g; T: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; W: 481.51 g; W tym cukry: 123.71 g; Bł.: 29.65 g; Sól: 10.79 g;	E: 2348.06 kcal; B: 102.26 g; T: 77.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; W: 334.18 g; W tym cukry: 42.15 g; Bł.: 49.79 g; Sól: 9.41 g;	E: 2081.28 kcal; B: 93.70 g; T: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; W: 303.95 g; W tym cukry: 34.10 g; Bł.: 46.57 g; Sól: 9.91 g;	E: 2342.59 kcal; B: 102.45 g; T: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.19 g; W: 341.44 g; W tym cukry: 45.33 g; Bł.: 29.49 g; Sól: 9.92 g;	E: 2410.15 kcal; B: 95.28 g; T: 52.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.92 g; W: 405.23 g; W tym cukry: 118.96 g; Bł.: 31.70 g; Sól: 8.10 g;	E: 2535.02 kcal; B: 95.03 g; T: 55.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.55 g; W: 430.07 g; W tym cukry: 101.04 g; Bł.: 30.22 g; Sól: 8.48 g;	E: 2246.83 kcal; B: 84.21 g; T: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.68 g; W: 379.47 g; W tym cukry: 80.59 g; Bł.: 28.64 g; Sól: 8.16 g;

	SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Marchew gotowana z wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Marchew gotowana z wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> )	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Jabłko 150 g				Jabłko pieczone 150 g				
2023-12-31 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml		Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 130 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2,</b> )		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ,</b> ) Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		

		SIE- Podstawowa/Ogólna	SIE- Podstawowa wzbogacona	SIE- Położnicza podstawowa	SIE- Położnicza łatwostrawna	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów	SIE- Z ogr. łatwoprzyswajalnych węgl. b/ml	SIE- Cukrzyca lekko strawna	SIE- Papkowata	SIE- Łatwo strawna	SIE- Bezmleczna
2023-12-31 niedziela	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> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ. SEL.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ. SEL.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 30 g ( <u>SOJ. SEL.</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 70 g ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ. MLE. GLU OW.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
			E: 2474.83 kcal; B: 120.30 g; T: 80.99 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; W: 334.93 g; W tym cukry: 73.68 g; Bł.: 36.82 g; Sól: 9.98 g;	E: 2694.33 kcal; B: 125.80 g; T: 87.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; W: 367.93 g; W tym cukry: 73.68 g; Bł.: 37.97 g; Sól: 10.44 g;	E: 2722.43 kcal; B: 128.54 g; T: 88.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; W: 370.86 g; W tym cukry: 74.40 g; Bł.: 34.94 g; Sól: 9.93 g;	E: 2588.52 kcal; B: 116.24 g; T: 73.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; W: 379.24 g; W tym cukry: 77.64 g; Bł.: 32.07 g; Sól: 9.98 g;	E: 2251.86 kcal; B: 119.91 g; T: 81.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; W: 283.86 g; W tym cukry: 41.41 g; Bł.: 47.96 g; Sól: 10.35 g;	E: 2083.43 kcal; B: 112.90 g; T: 70.46 g; Kw. tł. nasy.: 18.09 g; W: 272.12 g; W tym cukry: 32.93 g; Bł.: 45.10 g; Sól: 9.92 g;	E: 2219.48 kcal; B: 117.66 g; T: 69.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 292.48 g; W tym cukry: 32.22 g; Bł.: 25.02 g; Sól: 10.67 g;	E: 2369.43 kcal; B: 93.57 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.41 g; W: 386.58 g; W tym cukry: 97.78 g; Bł.: 35.97 g; Sól: 9.24 g;	E: 2433.59 kcal; B: 121.37 g; T: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 339.59 g; W tym cukry: 73.31 g; Bł.: 28.02 g; Sól: 9.27 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-25 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na wodzie 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 30 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g Jabłko pieczone 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sernek 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sernek 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Salata zielona 20 g
		II ŚN	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por		Jabłko pieczone 150 g Wafle ryżowe 30 g	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por				
		Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 20 g			Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Mieszanka studencka 30 g ( <b>OZI, ORZ.</b> )	

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-25 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb razowy pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 40 g Salatka jarzynowa z olejem () 200 g ( <b>SEL</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE SEL</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 50 g ( <b>MLE SEL</b> ) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 50 g ( <b>MLE SEL</b> ) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE SEL</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE SEL</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 75 g Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Jogurt brzoskwiinowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
		PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	E: 2490.66 kcal; B: 129.03 g; T: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 386.85 g; W tym cukry: 101.68 g; Bł.: 34.38 g; Sól: 9.08 g;	E: 2929.92 kcal; B: 149.96 g; T: 78.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 422.18 g; W tym cukry: 106.36 g; Bł.: 43.83 g; Sól: 11.05 g;	E: 3203.97 kcal; B: 154.39 g; T: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.26 g; W: 472.74 g; W tym cukry: 123.56 g; Bł.: 37.52 g; Sól: 10.48 g;	E: 2931.76 kcal; B: 137.35 g; T: 80.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; W: 430.79 g; W tym cukry: 79.19 g; Bł.: 41.45 g; Sól: 10.97 g;	E: 2073.74 kcal; B: 63.60 g; T: 58.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; W: 336.76 g; W tym cukry: 90.91 g; Bł.: 23.52 g; Sól: 3.89 g;	E: 2024.54 kcal; B: 46.53 g; T: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; W: 347.73 g; W tym cukry: 89.61 g; Bł.: 21.83 g; Sól: 2.70 g;	E: 2275.01 kcal; B: 126.30 g; T: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; W: 288.42 g; W tym cukry: 94.72 g; Bł.: 22.56 g; Sól: 6.01 g;	E: 3008.52 kcal; B: 148.91 g; T: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 31.09 g; W: 439.89 g; W tym cukry: 123.67 g; Bł.: 36.41 g; Sól: 10.03 g;	E: 3183.00 kcal; B: 157.09 g; T: 102.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.15 g; W: 428.62 g; W tym cukry: 116.16 g; Bł.: 43.16 g; Sól: 10.80 g;	E: 2807.13 kcal; B: 124.08 g; T: 93.36 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; W: 374.80 g; W tym cukry: 99.03 g; Bł.: 28.93 g; Sól: 6.80 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-26 wtorek	Śniadanie II ŚN	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor b/skórki 80 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 150 g Dżem 25 g 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 40 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 150 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g
				Banan 150 g					Banan 150 g		
		Obiad	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Jajko sadzone kl M 1 szt ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 50 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 90 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
			Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )			Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )				



	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-26 wtorek	Kolacja Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Polewica wiśniowa wędzona parzona z dodatkim wody wędzona parzona 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> )								
	E: 2380.57 kcal; B: 117.17 g; T: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; W: 382.74 g; W tym cukry: 96.48 g; Bł.: 18.68 g; Sól: 5.14 g;	E: 2254.73 kcal; B: 115.91 g; T: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; W: 339.28 g; W tym cukry: 69.23 g; Bł.: 34.77 g; Sól: 7.68 g;	E: 2547.85 kcal; B: 120.57 g; T: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 394.72 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.87 g;	E: 2462.71 kcal; B: 105.79 g; T: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; W: 404.23 g; W tym cukry: 98.78 g; Bł.: 20.38 g; Sól: 8.90 g;	E: 2121.86 kcal; B: 66.24 g; T: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; W: 339.12 g; W tym cukry: 77.30 g; Bł.: 13.54 g; Sól: 4.05 g;	E: 2050.12 kcal; B: 45.23 g; T: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; W: 335.36 g; W tym cukry: 77.04 g; Bł.: 13.38 g; Sól: 2.96 g;	E: 1820.92 kcal; B: 80.24 g; T: 45.63 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 276.44 g; W tym cukry: 82.70 g; Bł.: 14.45 g; Sól: 3.96 g;	E: 2562.35 kcal; B: 121.05 g; T: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; W: 397.57 g; W tym cukry: 87.61 g; Bł.: 21.67 g; Sól: 6.87 g;	E: 2377.15 kcal; B: 122.66 g; T: 54.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; W: 361.45 g; W tym cukry: 90.25 g; Bł.: 35.81 g; Sól: 8.11 g;	E: 2368.78 kcal; B: 105.70 g; T: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 360.14 g; W tym cukry: 83.83 g; Bł.: 13.11 g; Sól: 5.06 g;

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-27 środa	Śniadanie II ŚN	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,_) Masło extra 82% 5 g (MLE,_) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Twarożek 50 g (MLE,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,_) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,_) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,_) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB,_) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Gruszka 150 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g
			Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Gruszka 150 g		
		Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE,_) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 300 g (GLU PSZ, MLE,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL,_) Makaron 180 g (GLU PSZ,_) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 300 g (MLE,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Makaron PKU ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g (MLE,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Kopytka ziemniaczane () 200 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Kopytka ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ,_) Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD	Budyń o smaku śmietankowym 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,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 20 g Salata zielona 10 g				Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml (MLE,_) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,_)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE,_) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE,_)		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-27 środa	Kolacja Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 75 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 20 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Dzem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,p arzona 50 g Rzodkiew biała 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
PN	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt									
	E: 2117.86 kcal; B: 88.80 g; T: 35.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; W: 374.71 g; W tym cukry: 94.36 g; Bł.: 29.99 g; Sól: 4.75 g;	E: 2212.34 kcal; B: 84.90 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; W: 365.01 g; W tym cukry: 95.15 g; Bł.: 47.45 g; Sól: 5.36 g;	E: 2423.30 kcal; B: 96.29 g; T: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.46 g; W: 395.79 g; W tym cukry: 108.19 g; Bł.: 27.66 g; Sól: 6.14 g;	E: 2444.83 kcal; B: 98.48 g; T: 60.35 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; W: 392.04 g; W tym cukry: 75.30 g; Bł.: 33.77 g; Sól: 9.33 g;	E: 2029.14 kcal; B: 41.05 g; T: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; W: 332.86 g; W tym cukry: 88.48 g; Bł.: 16.89 g; Sól: 2.24 g;	E: 1880.16 kcal; B: 27.85 g; T: 51.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.63 g; W: 329.72 g; W tym cukry: 97.60 g; Bł.: 16.64 g; Sól: 1.38 g;	E: 1900.83 kcal; B: 67.32 g; T: 50.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; W: 303.12 g; W tym cukry: 89.84 g; Bł.: 18.94 g; Sól: 3.94 g;	E: 2706.01 kcal; B: 92.08 g; T: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; W: 464.16 g; W tym cukry: 107.57 g; Bł.: 31.51 g; Sól: 7.15 g;	E: 2323.92 kcal; B: 91.34 g; T: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; W: 378.14 g; W tym cukry: 104.05 g; Bł.: 47.68 g; Sól: 5.72 g;	E: 2214.73 kcal; B: 67.74 g; T: 65.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; W: 347.46 g; W tym cukry: 81.79 g; Bł.: 24.26 g; Sól: 3.47 g;
2023-12-28 czwartek	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Banan 150 g Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Salata zielona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,p arzona 80 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,p arzona 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,p arzona 20 g Banan 150 g Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa () 100 g ( <b>JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE. GLU OW.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 200 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Bułka graham-pszenna 60g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ. MLE. SEL. GOR.</b> ) Banan 150 g Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
II ŚN	Banan 150 g		Banan 150 g	Wafle ryżowe 30 g				Banan 150 g		
Obiad	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> , <u>GLU ŻYT, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryż brązowy) 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Naleśniki ruskie () 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Naleśniki ruskie () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> , <u>GLU ŻYT, _</u> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami* (ryż brązowy) 300 g ( <u>SEL, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g ( <u>JAJ, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD		Mus z jabłek () z/c 200 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Polewica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Salata zielona 10 g			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u> )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g	
Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ) Serek a la homogenizowany z ziołami 80 g ( <u>MLE, _</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 70 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Leczo z drobiem-dieta () 300 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 70 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidor b/skórki 70 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Miód (25g) 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z drobiem-dieta () 200 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Leczo z indykiem 300 g Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Leczo z indykiem 300 g Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE, _</u> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt

2023-12-28 czwartek

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-28 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt			Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g				Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		
		E: 2456.34 kcal; B: 101.34 g; T: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.89 g; W: 416.97 g; W tym cukry: 109.45 g; Bł.: 32.58 g; Sól: 6.62 g;	E: 2743.65 kcal; B: 103.75 g; T: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; W: 448.19 g; W tym cukry: 109.78 g; Bł.: 56.20 g; Sól: 7.76 g;	E: 2741.83 kcal; B: 107.84 g; T: 54.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.80 g; W: 473.07 g; W tym cukry: 139.11 g; Bł.: 40.69 g; Sól: 7.55 g;	E: 2509.79 kcal; B: 104.48 g; T: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 9.23 g; W: 442.32 g; W tym cukry: 102.36 g; Bł.: 35.01 g; Sól: 7.89 g;	E: 2232.24 kcal; B: 55.46 g; T: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; W: 377.69 g; W tym cukry: 104.61 g; Bł.: 19.47 g; Sól: 2.93 g;	E: 1985.85 kcal; B: 37.52 g; T: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; W: 350.44 g; W tym cukry: 102.83 g; Bł.: 17.11 g; Sól: 2.22 g;	E: 2723.91 kcal; B: 84.51 g; T: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; W: 462.62 g; W tym cukry: 153.85 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 5.38 g;	E: 3427.39 kcal; B: 107.07 g; T: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; W: 584.15 g; W tym cukry: 166.21 g; Bł.: 37.47 g; Sól: 6.63 g;	E: 2773.54 kcal; B: 99.89 g; T: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 17.33 g; W: 476.50 g; W tym cukry: 141.99 g; Bł.: 50.43 g; Sól: 7.06 g;	E: 2835.19 kcal; B: 94.87 g; T: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; W: 436.45 g; W tym cukry: 124.85 g; Bł.: 28.88 g; Sól: 4.29 g;
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na wodzie 300 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 75 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g	Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z/c 250 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Platki kukurydziane na mleku 300 ml ( <u>MLE, MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Mandarynka 2 szt Salata zielona 20 g
	II ŚN		Mandarynka 2 szt				Mandarynka 2 szt				

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw. kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż. podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-29 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy (bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
	PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, _</b> ) Salata zielona 20 g				Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Serek homo z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 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 ( <b>MLE, _</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, _</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 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 ( <b>MLE, _</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzonyw osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ, _</b> ) Miód (25g) 1 szt 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 ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) 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 ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Mix салат 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )									

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-29 piątek	E: 2444.05 kcal; B: 129.74 g; T: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; W: 381.82 g; W tym cukry: 107.00 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 8.09 g;	E: 2602.92 kcal; B: 133.31 g; T: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; W: 381.72 g; W tym cukry: 97.49 g; Bł.: 48.28 g; Sól: 8.43 g;	E: 2731.58 kcal; B: 129.12 g; T: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; W: 397.36 g; W tym cukry: 118.21 g; Bł.: 32.82 g; Sól: 9.59 g;	E: 2588.04 kcal; B: 100.52 g; T: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.36 g; W: 408.35 g; W tym cukry: 88.90 g; Bł.: 35.08 g; Sól: 10.49 g;	E: 2293.32 kcal; B: 68.98 g; T: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; W: 356.34 g; W tym cukry: 84.08 g; Bł.: 24.28 g; Sól: 5.02 g;	E: 2103.72 kcal; B: 39.40 g; T: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 20.76 g; W: 358.46 g; W tym cukry: 93.52 g; Bł.: 24.19 g; Sól: 3.15 g;	E: 2013.08 kcal; B: 96.17 g; T: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; W: 264.47 g; W tym cukry: 112.49 g; Bł.: 18.00 g; Sól: 5.29 g;	E: 2890.97 kcal; B: 130.20 g; T: 88.74 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; W: 405.62 g; W tym cukry: 122.75 g; Bł.: 29.41 g; Sól: 8.70 g;	E: 2795.62 kcal; B: 126.03 g; T: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; W: 395.31 g; W tym cukry: 122.94 g; Bł.: 45.40 g; Sól: 8.23 g;	E: 2408.77 kcal; B: 101.32 g; T: 74.93 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; W: 340.25 g; W tym cukry: 104.02 g; Bł.: 23.89 g; Sól: 5.38 g;
2023-12-30 sobota	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na wodzie 300 ml ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Miód 50 g Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Miód 50 g Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 60 g Pomidor b/skórki 80 g Ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ) Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 120 g Ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 120 g Ketchup 20 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 75 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kiwi 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g
II	ŚN	Kiwi 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt				Kiwi 1 szt 1 szt			
Obiad	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki () 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 80 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 90 g Gulasz wołowy 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Salata zielona 20 g			Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE</b> ) Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )		

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-30 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztet z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pasztet z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )								
	E: 2468.41 kcal; B: 100.25 g; T: 44.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.76 g; W: 432.54 g; W tym cukry: 103.01 g; Bł.: 29.68 g; Sól: 7.58 g;	E: 2569.55 kcal; B: 100.70 g; T: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; W: 418.08 g; W tym cukry: 80.61 g; Bł.: 46.53 g; Sól: 9.35 g;	E: 2899.98 kcal; B: 116.96 g; T: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; W: 466.03 g; W tym cukry: 126.63 g; Bł.: 32.61 g; Sól: 9.47 g;	E: 2611.35 kcal; B: 97.91 g; T: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.67 g; W: 441.52 g; W tym cukry: 89.09 g; Bł.: 33.04 g; Sól: 9.74 g;	E: 2407.19 kcal; B: 54.90 g; T: 61.69 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; W: 416.74 g; W tym cukry: 89.92 g; Bł.: 22.96 g; Sól: 4.56 g;	E: 2322.61 kcal; B: 48.65 g; T: 56.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.17 g; W: 413.76 g; W tym cukry: 89.23 g; Bł.: 22.91 g; Sól: 3.78 g;	E: 2138.92 kcal; B: 83.20 g; T: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.82 g; W: 300.23 g; W tym cukry: 87.59 g; Bł.: 19.03 g; Sól: 6.91 g;	E: 2992.75 kcal; B: 113.57 g; T: 95.62 g; Kw. tł. nasy.: 41.47 g; W: 431.86 g; W tym cukry: 98.04 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 11.16 g;	E: 3007.60 kcal; B: 99.07 g; T: 115.98 g; Kw. tł. nasy.: 46.44 g; W: 409.59 g; W tym cukry: 81.63 g; Bł.: 42.90 g; Sól: 13.77 g;	E: 2334.42 kcal; B: 84.42 g; T: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; W: 361.05 g; W tym cukry: 66.78 g; Bł.: 21.40 g; Sól: 7.30 g;



	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa	
2023-12-31 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ, _</b> ) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Pomidor 80 g Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ, _</b> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</b> ) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <b>SOJ, _</b> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</b> ) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Pomidor 80 g Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE, _</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE, _</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 g
	II ŚN	Jabłko 150 g	Jabłko pieczone 150 g				Jabłko 150 g				
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem PKU () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 30 g Ziemniaki () 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 50 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <b>SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</b> )					Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</b> )				

		SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2023-12-31 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Miód (25g) 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek Szynka z liściem mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) 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 ( <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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek Szynka z liściem mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) 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 ( <u>MLE</u> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 20 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) 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 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE, GLU OW</u> ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb bezglutenowy 120 g Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z piersią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt									
		E: 2247.93 kcal; B: 96.47 g; T: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.20 g; W: 365.07 g; W tym cukry: 80.55 g; Bł.: 27.55 g; Sól: 6.61 g;	E: 2444.51 kcal; B: 126.95 g; T: 78.00 g; Kw. tł. nasy.: 21.84 g; W: 328.30 g; W tym cukry: 46.34 g; Bł.: 42.25 g; Sól: 8.97 g;	E: 2611.79 kcal; B: 126.27 g; T: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; W: 366.08 g; W tym cukry: 69.08 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 9.32 g;	E: 2482.37 kcal; B: 121.56 g; T: 77.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.39 g; W: 337.14 g; W tym cukry: 56.21 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 9.93 g;	E: 2091.19 kcal; B: 61.01 g; T: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.84 g; W: 312.28 g; W tym cukry: 59.69 g; Bł.: 19.78 g; Sól: 5.01 g;	E: 1976.81 kcal; B: 40.49 g; T: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; W: 322.16 g; W tym cukry: 69.08 g; Bł.: 19.78 g; Sól: 3.48 g;	E: 1741.22 kcal; B: 80.59 g; T: 60.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 226.56 g; W tym cukry: 63.51 g; Bł.: 16.41 g; Sól: 6.53 g;	E: 2692.84 kcal; B: 127.27 g; T: 85.58 g; Kw. tł. nasy.: 31.96 g; W: 365.70 g; W tym cukry: 69.08 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 9.83 g;	E: 2500.26 kcal; B: 124.48 g; T: 77.40 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 346.17 g; W tym cukry: 63.21 g; Bł.: 42.25 g; Sól: 8.89 g;	E: 2395.62 kcal; B: 97.03 g; T: 84.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; W: 319.72 g; W tym cukry: 67.48 g; Bł.: 21.12 g; Sól: 5.05 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych	
2023-12-25 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Semik 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</b> ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g	Platki pszenne na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 80 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 20 g	
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g				
	Obiad	Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 100 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> ) Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-25 poniedziałek	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa gotowana wieprzowa 50 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Pomidor b/skórki 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Pomidor 80 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średni o rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		E: 2670.60 kcal; B: 98.85 g; T: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; W: 424.86 g; W tym cukry: 107.78 g; Bł.: 49.20 g; Sól: 7.37 g;	E: 2444.76 kcal; B: 112.73 g; T: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 366.95 g; W tym cukry: 116.92 g; Bł.: 22.12 g; Sól: 7.80 g;	E: 2119.21 kcal; B: 108.65 g; T: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; W: 273.74 g; W tym cukry: 104.45 g; Bł.: 20.34 g; Sól: 4.77 g;	E: 2833.17 kcal; B: 128.49 g; T: 76.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; W: 418.68 g; W tym cukry: 129.80 g; Bł.: 30.82 g; Sól: 7.79 g;	E: 2517.87 kcal; B: 123.37 g; T: 68.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 363.07 g; W tym cukry: 104.80 g; Bł.: 30.78 g; Sól: 8.38 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych	
2023-12-26 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Banan 150 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twarożek 100 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Twarożek z koperkiem 50 g ( <b>MLE.</b> ) Banan 150 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Salata zielona 20 g	
	IIł ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Pierogi ukraińskie () 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Marchewkowa z ryżem () 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 60 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Schab duszony 100 g Sos własny () 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )						

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2023-12-26 wtorek	Kolaćja	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> ) Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	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> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 25 g Serek a'la homogenizowany 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Rukola 20 g	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )			Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	
		E: 2718.69 kcal; B: 101.94 g; T: 69.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; W: 431.03 g; W tym cukry: 99.84 g; Bł.: 28.71 g; Sól: 6.83 g;	E: 2248.83 kcal; B: 124.98 g; T: 48.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.23 g; W: 334.21 g; W tym cukry: 85.34 g; Bł.: 17.15 g; Sól: 5.70 g;	E: 1840.54 kcal; B: 84.65 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; W: 273.99 g; W tym cukry: 81.01 g; Bł.: 13.57 g; Sól: 4.00 g;	E: 2547.85 kcal; B: 120.57 g; T: 56.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 394.72 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.87 g;	E: 2411.35 kcal; B: 117.87 g; T: 53.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.39 g; W: 370.72 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.68 g;

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż latwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych	
2023-12-27 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <b>RYB.</b> ) Gruszka 150 g Pomidor koktajlowy 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g ( <b>RYB.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos szpinakowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Pulpet drobiowy 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> )	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 100 ml ( <b>MLE.</b> )	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż latwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-27 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g ( <u>SOJ. GOR.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	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> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Sok jablkowy 100 % 0,2l 1 szt				
		E: 2475.20 kcal; B: 78.55 g; T: 84.16 g; Kw. tł. nasy.: 29.52 g; W: 364.28 g; W tym cukry: 84.53 g; Bł.: 43.16 g; Sól: 7.36 g;	E: 2507.81 kcal; B: 98.90 g; T: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.00 g; W: 409.99 g; W tym cukry: 124.75 g; Bł.: 29.18 g; Sól: 6.68 g;	E: 1577.39 kcal; B: 58.46 g; T: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 243.60 g; W tym cukry: 100.47 g; Bł.: 17.45 g; Sól: 3.43 g;	E: 2439.81 kcal; B: 94.74 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; W: 391.02 g; W tym cukry: 121.07 g; Bł.: 29.91 g; Sól: 7.35 g;	E: 2204.58 kcal; B: 86.91 g; T: 53.99 g; Kw. tł. nasy.: 19.30 g; W: 359.00 g; W tym cukry: 89.78 g; Bł.: 32.02 g; Sól: 6.74 g;
2023-12-28 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka graham-pszenna 60g 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> ) Salatka jarzynowa z jajkiem () 250 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Banan 150 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa () 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g Salata zielona 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</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> ) Salatka jarzynowa () 200 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa -dieta () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Banan 150 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 20 g



		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych	
2023-12-28 czwartek	II ŚN	Banan 150 g					
	Obiad	<p>Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Risotto wegetariańskie* 300 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ryż na sypko 180 g</p> <p>Pulpet wieprzowy 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 250 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 150 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Risotto z mięsem wieprz i warzywami* 300 g (<b>SEL.</b>)</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml</p>		
	PD		<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p> <p>Herbatniki 30 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>			
Kolacja	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Leczo wegetariańskie 300 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1</p> <p>Por (<b>MLE.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Twarożek 100 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Zapiekanka makaronowo-jajeczna* 200 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1</p> <p>Por (<b>MLE.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Zapiekanka makaronowo-jajeczna* 300 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b>)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1</p> <p>Por (<b>MLE.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml</p> <p>Leczo z drobiem-dieta () 300 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Kefir 1,5% tł 150g 1</p> <p>Por (<b>MLE.</b>)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p>		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż latwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-28 czwartek	PN	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt		Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Dżem 25 g 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		E: 2563.71 kcal; B: 66.78 g; T: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.29 g; W: 456.73 g; W tym cukry: 130.84 g; Bł.: 45.05 g; Sól: 7.36 g;	E: 2453.45 kcal; B: 101.85 g; T: 50.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; W: 407.40 g; W tym cukry: 132.60 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 5.22 g;	E: 2216.52 kcal; B: 69.72 g; T: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 385.59 g; W tym cukry: 150.71 g; Bł.: 25.60 g; Sól: 3.38 g;	E: 3091.85 kcal; B: 107.41 g; T: 73.35 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; W: 518.29 g; W tym cukry: 162.07 g; Bł.: 39.17 g; Sól: 6.31 g;	E: 2561.03 kcal; B: 102.08 g; T: 49.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.19 g; W: 445.33 g; W tym cukry: 124.96 g; Bł.: 40.30 g; Sól: 7.23 g;
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 80 g Mandarynka 2 szt Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Kasza manna na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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> ) Dżem 25 g 1 szt Serek ziarnisty 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabiko pieczone 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g	Mandarynka 2 szt		

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-29 piątek	Oblad	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Kotlet z ryby (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 90 g Pulpet rybny (Miruna) 60 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Miruna) 120 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</b> ) Sos koperkowy () 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, _</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <b>SEL, _</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
	PD	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> )			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Pomidor 80 g Ser żółty 25 g ( <b>MLE, _</b> ) Mix salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ, _</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw oslonce niejadalnej 25 g ( <b>SOJ, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Serek homo z natką pietruszki 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Mix salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Serek homo z natką pietruszki 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Mix salat 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE, _</b> )		

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż latwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-29 piątek	E: 2725.46 kcal; B: 123.40 g; T: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.16 g; W: 386.45 g; W tym cukry: 107.40 g; Bł.: 35.26 g; Sól: 9.00 g;	E: 2403.60 kcal; B: 111.72 g; T: 60.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; W: 366.91 g; W tym cukry: 92.16 g; Bł.: 26.84 g; Sól: 9.05 g;	E: 1875.18 kcal; B: 91.94 g; T: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.57 g; W: 262.59 g; W tym cukry: 111.93 g; Bł.: 19.90 g; Sól: 5.68 g;	E: 2710.23 kcal; B: 131.74 g; T: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.72 g; W: 399.30 g; W tym cukry: 122.18 g; Bł.: 32.99 g; Sól: 9.15 g;	E: 2580.85 kcal; B: 125.89 g; T: 68.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; W: 379.93 g; W tym cukry: 105.38 g; Bł.: 31.64 g; Sól: 9.00 g;
2023-12-30 sobota	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Miód (25g) 2 szt Pomidor 80 g Kiwi 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Miód (25g) 1 szt	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 25 g Pomidor b/skórki 80 g Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor b/skórki 80 g Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JĘCZ.</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 80 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g
			Banan 1szt. 1 szt		
	Obiad Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Klopsik drobiowy z udźca 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Marchew gotowana z olejem 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem () 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 90 g Gulasz wołowy 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Obiad Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 180 g Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Wafelki 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> ) Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <b>MLE.</b> )		

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.soków żołądkowych
2023-12-30 sobota	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> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <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 z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 80 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałata zielona 20 g	
	PN	Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Bułka maślana 1 szt 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		
		E: 2642.68 kcal; B: 87.64 g; T: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 24.04 g; W: 437.36 g; W tym cukry: 71.03 g; Bł.: 48.35 g; Sól: 9.51 g;	E: 2326.96 kcal; B: 89.32 g; T: 53.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; W: 383.60 g; W tym cukry: 100.25 g; Bł.: 23.63 g; Sól: 6.94 g;	E: 2221.72 kcal; B: 84.55 g; T: 56.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; W: 353.41 g; W tym cukry: 116.40 g; Bł.: 19.89 g; Sól: 5.75 g;	E: 2868.90 kcal; B: 102.27 g; T: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; W: 482.21 g; W tym cukry: 126.28 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 9.23 g;	E: 2515.21 kcal; B: 96.40 g; T: 52.28 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; W: 430.65 g; W tym cukry: 101.39 g; Bł.: 31.78 g; Sól: 8.49 g;

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż latwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-31 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> )	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 40 g ( <b>SEL,</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <b>SEL,</b> ) Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE,</b> ) Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g			
	Obiad	Ryżowa ( ) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ,</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 200 g Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) ( ) 300 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 90 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml	Rosół z makaronem ( ) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki ( ) 180 g Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml
PD		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</b> )			

		SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Latwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych
2023-12-31 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Hummus 75 g ( <b>SEZ.</b> ) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Miód (25g) 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		E: 2124.99 kcal; B: 81.55 g; T: 58.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.98 g; W: 326.97 g; W tym cukry: 70.51 g; Bł.: 40.93 g; Sól: 6.95 g;	E: 2457.75 kcal; B: 112.87 g; T: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.18 g; W: 364.76 g; W tym cukry: 93.80 g; Bł.: 25.63 g; Sól: 6.56 g;	E: 1766.80 kcal; B: 74.36 g; T: 55.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; W: 250.17 g; W tym cukry: 67.17 g; Bł.: 18.58 g; Sól: 5.61 g;	E: 2741.48 kcal; B: 124.86 g; T: 88.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; W: 375.07 g; W tym cukry: 75.38 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 9.09 g;	E: 2445.31 kcal; B: 120.87 g; T: 73.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; W: 338.20 g; W tym cukry: 73.20 g; Bł.: 27.18 g; Sól: 9.14 g;

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

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