

	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	
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Salata zielona 20 g (.) Rzepa biała 80 g (.) Mandarynka 100 g (.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzepa biała 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Pomidor 80 g (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 20 g (.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Dynia z wody 70 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Mandarynka 100 g (.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Mandarynka 100 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 (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Mandarynka 100 g (.)
		II ŚN			Mandarynka 100 g (.)			Jabłko pieczone 150 g (.)	Banan 150 g (.)		
2024-01-02 wtorek	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 180 g (.) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE.) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ.) Sos własny (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 180 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE.) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kasza gryczana 180 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (bez mleka) (.) 100 g (.) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Marchew gotowana z olejem (.) 200 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 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			
PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Biszkopty b/m 30 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)					
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Papryka świeża 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (MLE) Marchew gotowana z olejem (.) 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Mix sałat 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)			
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g (.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salata 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 (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salata zielona 5 g (.)
	E: 2647.19 kcal; B: 120.67 g; T: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; W: 378.26 g; W tym cukry: 86.55 g; Bł.: 40.02 g; Sól: 9.25 g;	E: 2965.59 kcal; B: 129.77 g; T: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; W: 434.72 g; W tym cukry: 111.55 g; Bł.: 40.06 g; Sól: 9.48 g;	E: 2959.91 kcal; B: 130.04 g; T: 87.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; W: 431.66 g; W tym cukry: 110.24 g; Bł.: 36.99 g; Sól: 9.13 g;	E: 2892.86 kcal; B: 126.15 g; T: 80.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; W: 432.04 g; W tym cukry: 107.98 g; Bł.: 31.74 g; Sól: 8.63 g;	E: 2379.47 kcal; B: 122.91 g; T: 72.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.25 g; W: 333.58 g; W tym cukry: 53.51 g; Bł.: 49.75 g; Sól: 9.29 g;	E: 2225.15 kcal; B: 107.05 g; T: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.86 g; W: 313.75 g; W tym cukry: 36.10 g; Bł.: 49.38 g; Sól: 10.97 g;	E: 2405.04 kcal; B: 119.10 g; T: 63.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; W: 355.66 g; W tym cukry: 56.06 g; Bł.: 34.91 g; Sól: 9.65 g;	E: 2554.38 kcal; B: 121.04 g; T: 60.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; W: 396.88 g; W tym cukry: 125.34 g; Bł.: 32.97 g; Sól: 6.65 g;	E: 2472.59 kcal; B: 117.98 g; T: 64.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; W: 371.32 g; W tym cukry: 83.46 g; Bł.: 32.01 g; Sól: 8.11 g;	E: 2218.69 kcal; B: 98.11 g; T: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; W: 345.39 g; W tym cukry: 59.30 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 9.19 g;	E: 2218.69 kcal; B: 98.11 g; T: 55.95 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; W: 345.39 g; W tym cukry: 59.30 g; Bł.: 30.52 g; Sól: 9.19 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		
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko 150 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron 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 razowy żytnio-pszenny 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g (<u>RYB, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)	Makaron 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)	Kasza manna na wodzie 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)	
		II ŚN	Jabłko 150 g (.)						Jabłko pieczone 150 g (.)			
		Obiad	Grochowa z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grochowa z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (bez mleka) (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (bez mleka) (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* b/ml 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z pierśią indyczą- wędlna drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 20 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)						

	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- Bezmielczna		
2024-01-02 wtorek	Kolejacja	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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 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>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata 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 mielczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<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 z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser mozzarella kulki 35 g (<u>MLE.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)		
		PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)				Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.)				Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.)
			E: 2548.03 kcal; B: 87.57 g; T: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.80 g; W: 426.79 g; W tym cukry: 135.46 g; Bł.: 45.79 g; Sól: 8.12 g;	E: 2855.53 kcal; B: 96.17 g; T: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; W: 473.79 g; W tym cukry: 144.46 g; Bł.: 47.39 g; Sól: 8.68 g;	E: 3217.95 kcal; B: 122.40 g; T: 88.51 g; Kw. tł. nasy.: 34.38 g; W: 498.44 g; W tym cukry: 143.79 g; Bł.: 39.29 g; Sól: 8.12 g;	E: 2660.21 kcal; B: 87.81 g; T: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; W: 450.07 g; W tym cukry: 145.65 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 7.87 g;	E: 2263.69 kcal; B: 93.33 g; T: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.79 g; W: 337.99 g; W tym cukry: 76.63 g; Bł.: 47.93 g; Sól: 8.70 g;	E: 2140.31 kcal; B: 83.35 g; T: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.50 g; W: 338.77 g; W tym cukry: 73.71 g; Bł.: 52.52 g; Sól: 8.67 g;	E: 2360.16 kcal; B: 91.13 g; T: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; W: 363.85 g; W tym cukry: 74.87 g; Bł.: 31.65 g; Sól: 9.25 g;	E: 2326.43 kcal; B: 86.73 g; T: 48.35 g; Kw. tł. nasy.: 18.37 g; W: 403.10 g; W tym cukry: 102.02 g; Bł.: 29.40 g; Sól: 8.30 g;	E: 2582.45 kcal; B: 84.68 g; T: 54.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 453.59 g; W tym cukry: 136.55 g; Bł.: 32.13 g; Sól: 8.74 g;	E: 2155.69 kcal; B: 81.23 g; T: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 9.73 g; W: 353.46 g; W tym cukry: 82.07 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 8.07 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	
2024-01-03 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Banan 150 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25g (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25g (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25g (.) Papryka świeża 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.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Szpinak gotowany z olejem* 70 g (GLU PSZ.)	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Banan 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Dżem 25g 1 szt (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Banan 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)
		II ŚN		Banan 150 g (.)		Jabłko 150 g (.)		Jabłko pieczone 150 g (.)	Banan 150 g (.)		
2024-01-03 środa	Obiad	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Eskalopka z kurczaka 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salatka szwedzka (.) 100 g (GOR.) Dynia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dynia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salatka szwedzka (.) 100 g (GOR.) Dynia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Salatka szwedzka (.) 100 g (GOR.) Dynia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Dynia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dynia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dynia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (.) 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dynia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Dynia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	
		PD		Wafelki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g (.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Salata zielona 10 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Salata zielona 10 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 20 g (.)	Maślanka truskawkowa 200 ml (MLE.)			

	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- Bezmielczna		
2024-01-03 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 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-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pasztet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane drobno tarłe (.) 70 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)				Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszeniczny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Salata zielona 10 g (.)
	E: 2544.70 kcal; B: 118.87 g; T: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; W: 376.26 g; W tym cukry: 95.02 g; Bł.: 31.92 g; Sól: 11.18 g;	E: 2854.70 kcal; B: 126.83 g; T: 80.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; W: 418.26 g; W tym cukry: 95.02 g; Bł.: 31.92 g; Sól: 11.52 g;	E: 2878.20 kcal; B: 128.13 g; T: 80.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; W: 421.51 g; W tym cukry: 94.82 g; Bł.: 28.62 g; Sól: 11.43 g;	E: 2816.82 kcal; B: 136.72 g; T: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; W: 418.49 g; W tym cukry: 91.90 g; Bł.: 24.24 g; Sól: 10.47 g;	E: 2273.11 kcal; B: 129.37 g; T: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; W: 330.89 g; W tym cukry: 52.27 g; Bł.: 39.85 g; Sól: 13.02 g;	E: 1993.67 kcal; B: 95.04 g; T: 46.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; W: 315.94 g; W tym cukry: 45.53 g; Bł.: 39.85 g; Sól: 11.05 g;	E: 2361.76 kcal; B: 129.58 g; T: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; W: 337.79 g; W tym cukry: 47.18 g; Bł.: 28.44 g; Sól: 11.97 g;	E: 2633.24 kcal; B: 119.66 g; T: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; W: 399.60 g; W tym cukry: 86.60 g; Bł.: 24.64 g; Sól: 10.56 g;	E: 2506.17 kcal; B: 128.73 g; T: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; W: 376.34 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 24.20 g; Sól: 10.12 g;	E: 2125.62 kcal; B: 98.01 g; T: 44.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; W: 344.25 g; W tym cukry: 71.76 g; Bł.: 23.99 g; Sól: 9.80 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
2024-01-04 czwartek	Śniadanie II ŚN	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Gruszka 150 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 30 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 30 g (.) Paszтет z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Maślanka 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)
			Gruszka 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Gruszka 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)				
2024-01-04 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (.) 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (.) 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem b/c (.) 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)
			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/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
2024-01-04 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 1 szt 1 szt (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor 70 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Pomidor 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Sałata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Sałata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor b/skórki 70 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 70 g (SEL.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Sałata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g (.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g (.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)		
		E: 2207.71 kcal; B: 81.81 g; T: 57.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.73 g; W: 347.08 g; W tym cukry: 98.28 g; Bł.: 42.49 g; Sól: 7.00 g;	E: 2490.64 kcal; B: 84.32 g; T: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.15 g; W: 408.15 g; W tym cukry: 138.63 g; Bł.: 42.91 g; Sól: 7.27 g;	E: 2305.24 kcal; B: 80.87 g; T: 49.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; W: 396.02 g; W tym cukry: 131.20 g; Bł.: 32.37 g; Sól: 6.19 g;	E: 2396.11 kcal; B: 96.27 g; T: 73.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; W: 354.65 g; W tym cukry: 62.66 g; Bł.: 56.15 g; Sól: 10.96 g;	E: 2267.84 kcal; B: 90.43 g; T: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; W: 347.20 g; W tym cukry: 54.95 g; Bł.: 53.74 g; Sól: 11.16 g;	E: 2240.01 kcal; B: 93.48 g; T: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.34 g; W: 359.54 g; W tym cukry: 53.92 g; Bł.: 29.94 g; Sól: 10.08 g;	E: 2410.47 kcal; B: 94.17 g; T: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.62 g; W: 402.82 g; W tym cukry: 110.39 g; Bł.: 33.98 g; Sól: 9.22 g;	E: 2027.60 kcal; B: 79.15 g; T: 46.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.71 g; W: 335.12 g; W tym cukry: 90.86 g; Bł.: 31.96 g; Sól: 6.08 g;	E: 1967.22 kcal; B: 73.27 g; T: 40.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; W: 337.09 g; W tym cukry: 62.95 g; Bł.: 28.47 g; Sól: 8.23 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 II ŚN	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 25g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Melon 100 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 25g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 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>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Słupki z marchewki 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 (.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 75 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Salata zielona 20 g (.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 25 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 25g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Dynia z wody 70 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Melon 100 g (.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (.) 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 25g 1 szt (.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Melon 100 g (.)
				Melon 100 g (.)				Jabłko pieczone 150 g (.)		
Obiad	Kalafiorowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)			Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)		Kalafiorowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) (.) 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) (.) 300 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)
			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Baton szynkowy z kurcząt 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Salata zielona 20 g (.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g (.)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	
PD										

		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
2024-01-05 piątek	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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 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 (<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 homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 80 g (.) Rukola 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) 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 (<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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
	PN	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)					Wafle ryżowe 30 g (.)	Wafle ryżowe 30 g (.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.) Wafle ryżowe 30 g (.)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)
		E: 2498.92 kcal; B: 121.69 g; T: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; W: 360.43 g; W tym cukry: 88.12 g; Bł.: 33.73 g; Sól: 8.75 g;	E: 2588.92 kcal; B: 127.09 g; T: 73.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; W: 372.73 g; W tym cukry: 96.37 g; Bł.: 34.18 g; Sól: 8.93 g;	E: 2617.02 kcal; B: 129.83 g; T: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; W: 375.66 g; W tym cukry: 97.09 g; Bł.: 31.15 g; Sól: 8.42 g;	E: 2618.80 kcal; B: 131.38 g; T: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; W: 392.84 g; W tym cukry: 97.46 g; Bł.: 28.48 g; Sól: 7.97 g;	E: 2249.36 kcal; B: 118.01 g; T: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.81 g; W: 309.52 g; W tym cukry: 38.09 g; Bł.: 45.93 g; Sól: 8.44 g;	E: 1997.92 kcal; B: 90.89 g; T: 56.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.36 g; W: 302.11 g; W tym cukry: 32.42 g; Bł.: 45.85 g; Sól: 9.00 g;	E: 2378.56 kcal; B: 120.25 g; T: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; W: 349.94 g; W tym cukry: 46.17 g; Bł.: 32.30 g; Sól: 9.54 g;	E: 2555.67 kcal; B: 119.68 g; T: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; W: 393.31 g; W tym cukry: 99.35 g; Bł.: 28.44 g; Sól: 8.72 g;	E: 2509.95 kcal; B: 123.16 g; T: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; W: 379.79 g; W tym cukry: 89.10 g; Bł.: 28.00 g; Sól: 7.77 g;	E: 2085.92 kcal; B: 85.91 g; T: 46.49 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 344.86 g; W tym cukry: 68.36 g; Bł.: 28.12 g; Sól: 6.80 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
2024-01-06 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 120 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt (.)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.)</p> <p>Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Maślanka 150 ml (MLE)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL)</p> <p>Kalaftior gotowany* 70 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p>	<p>Płatki ryżowe na wodzie 300 g (.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.)</p> <p>Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadanej 30 g (GLU PSZ, SOJ)</p> <p>Szynka z piersią indyjską- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p>
	II ŚN	Banan 150 g (.)			Mandarynka 100 g (.)		Jabłko pieczone 150 g (.)	Banan 150 g (.)		
	Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) b/c 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) b/c 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwinтна z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) b/c 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Ryż na sypko 180 g (.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEĆZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	

	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
PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ.) Salata zielona 20 g (.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)		
2024-01-06 sobota	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Salatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów-dieta 200 g (MLE, SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) 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 (.) Salatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Salatka z ryżu i brokułów-dieta (b/ml) 200 g (SEL.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
PN		Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 10 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 (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Dżem 25 g 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)
	E: 2901.57 kcal; B: 96.62 g; T: 104.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; W: 400.44 g; W tym cukry: 95.84 g; Bł.: 44.25 g; Sól: 10.94 g;	E: 3102.97 kcal; B: 103.28 g; T: 108.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.60 g; W: 435.00 g; W tym cukry: 120.84 g; Bł.: 44.29 g; Sól: 11.16 g;	E: 3126.47 kcal; B: 104.58 g; T: 108.74 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; W: 438.25 g; W tym cukry: 120.64 g; Bł.: 40.99 g; Sól: 11.07 g;	E: 2660.55 kcal; B: 92.83 g; T: 52.98 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 468.42 g; W tym cukry: 133.47 g; Bł.: 31.48 g; Sól: 8.44 g;	E: 2344.66 kcal; B: 95.81 g; T: 74.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; W: 339.62 g; W tym cukry: 45.90 g; Bł.: 56.34 g; Sól: 10.14 g;	E: 2285.55 kcal; B: 85.51 g; T: 76.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; W: 330.60 g; W tym cukry: 37.03 g; Bł.: 56.27 g; Sól: 10.81 g;	E: 2350.03 kcal; B: 99.38 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.32 g; W: 384.09 g; W tym cukry: 52.45 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 10.47 g;	E: 2744.80 kcal; B: 105.35 g; T: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; W: 464.54 g; W tym cukry: 122.65 g; Bł.: 28.93 g; Sól: 8.23 g;	E: 2494.70 kcal; B: 96.19 g; T: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; W: 424.50 g; W tym cukry: 99.24 g; Bł.: 31.49 g; Sól: 7.86 g;	E: 2425.91 kcal; B: 83.87 g; T: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 10.28 g; W: 413.67 g; W tym cukry: 87.43 g; Bł.: 29.39 g; Sól: 8.40 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 manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko 150 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Ogórek kiszony 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) 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 (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Dymna z wody 70 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Dżem 25 g 2 szt (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.)
	II ŚN	Jabłko 150 g (.)						Jabłko pieczone 150 g (.)		
Obiad	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Kapusta zasmażana 100 g (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Kapusta zasmażana 100 g (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) (.) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Schab duszony 100 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (.) 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Schab duszony 100 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) (.) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab duszony 100 g (.) Ziemniaki (.) 180 g (.) Sos własny (.) 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (.) 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)
	PD	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SO2.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SO2.) Salata zielona 20 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (SO2.) Salata zielona 20 g (.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.)			

	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
2024-01-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 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 pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 150 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Kalafior gotowany* 70 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.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)			Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g (.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g (.) Salata zielona 10 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g (.) Salata zielona 10 g (.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)		
	E: 2035.55 kcal; B: 99.97 g; T: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; W: 296.74 g; W tym cukry: 78.56 g; Bł.: 34.09 g; Sól: 8.68 g;	E: 2545.25 kcal; B: 114.54 g; T: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; W: 387.15 g; W tym cukry: 78.56 g; Bł.: 37.55 g; Sól: 10.41 g;	E: 2617.99 kcal; B: 120.94 g; T: 69.77 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; W: 392.33 g; W tym cukry: 80.85 g; Bł.: 37.16 g; Sól: 10.91 g;	E: 2644.99 kcal; B: 120.88 g; T: 69.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; W: 398.14 g; W tym cukry: 82.17 g; Bł.: 34.28 g; Sól: 10.03 g;	E: 2356.14 kcal; B: 115.63 g; T: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; W: 338.02 g; W tym cukry: 51.36 g; Bł.: 53.94 g; Sól: 12.13 g;	E: 2250.56 kcal; B: 111.15 g; T: 66.16 g; Kw. tł. nasy.: 15.60 g; W: 330.03 g; W tym cukry: 42.94 g; Bł.: 55.25 g; Sól: 13.99 g;	E: 2406.83 kcal; B: 115.39 g; T: 70.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; W: 345.00 g; W tym cukry: 49.93 g; Bł.: 34.62 g; Sól: 11.27 g;	E: 2436.25 kcal; B: 104.47 g; T: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; W: 371.16 g; W tym cukry: 81.86 g; Bł.: 33.88 g; Sól: 8.97 g;	E: 2322.50 kcal; B: 109.94 g; T: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 345.91 g; W tym cukry: 82.52 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 8.61 g;	E: 2148.56 kcal; B: 93.03 g; T: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.16 g; W: 346.63 g; W tym cukry: 86.14 g; Bł.: 32.88 g; Sól: 8.75 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	
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Banan 150 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 80 g (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Salata zielona 20 g (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 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 (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) 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) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Mandarynka 100 g (.) Dżem 25 g 1 szt (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Salata zielona 20 g (.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędliana wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g (.) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Salata zielona 20 g (.)	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Mandarynka 100 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	
		II ŚN	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.) Wafle ryżowe 20 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	Mandarynka 100 g (.)	
2024-01-02 wtorek	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Kasza gryczana 180 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 200 g (MLE) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Sos ziolowy (b/ml) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (.) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Szynka wieprzowa gotowana 30 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 90 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 50 g (MLE) Marchew oprószana z olejem (.) 50 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza gryczana 180 g (.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziolowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Kapuśniak z kapusty kiszzonej (bez glutenu) (.) 300 ml (SEL) Ryż na sypko 180 g (.) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos ziolowy (bez glutenu) (.) 80 ml (SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE) Marchew oprószana z olejem (.) (bez glutenu) 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)
		II ŚN									

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.) Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)		
Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Pomidor b/skórki 80 g (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)
BN	Salata zielona 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.)	Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 5 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 5 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 5 g (.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 5 g (.)	Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Salata zielona 5 g (.)	Salata zielona 5 g (.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Salata zielona 5 g (.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb bezglutenowy 50 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Salata zielona 5 g (.)
	E: 2483.82 kcal; B: 120.27 g; T: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; W: 398.51 g; W tym cukry: 104.68 g; Bł.: 30.55 g; Sól: 7.78 g;	E: 2484.73 kcal; B: 125.45 g; T: 69.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; W: 362.05 g; W tym cukry: 75.98 g; Bł.: 44.45 g; Sól: 8.99 g;	E: 2799.24 kcal; B: 126.96 g; T: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; W: 429.80 g; W tym cukry: 108.19 g; Bł.: 32.05 g; Sól: 9.60 g;	E: 2596.49 kcal; B: 107.89 g; T: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; W: 421.72 g; W tym cukry: 90.32 g; Bł.: 31.21 g; Sól: 8.60 g;	E: 2263.15 kcal; B: 64.69 g; T: 64.97 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; W: 364.46 g; W tym cukry: 102.03 g; Bł.: 24.02 g; Sól: 3.52 g;	E: 2188.92 kcal; B: 53.36 g; T: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; W: 363.30 g; W tym cukry: 101.03 g; Bł.: 24.01 g; Sól: 3.40 g;	E: 2043.87 kcal; B: 91.73 g; T: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; W: 299.69 g; W tym cukry: 98.77 g; Bł.: 20.38 g; Sól: 4.92 g;	E: 2682.13 kcal; B: 111.56 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; W: 427.79 g; W tym cukry: 107.34 g; Bł.: 31.83 g; Sól: 8.03 g;	E: 2683.08 kcal; B: 130.68 g; T: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; W: 402.29 g; W tym cukry: 103.39 g; Bł.: 43.98 g; Sól: 7.97 g;	E: 2559.59 kcal; B: 94.88 g; T: 84.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; W: 361.15 g; W tym cukry: 84.78 g; Bł.: 22.73 g; Sól: 5.09 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	
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLU PSZ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SÓJ) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30 g (RYB, SEL) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SÓJ) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 40 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Ser żółty 25 g (MLE) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (RYB, SEL) Pomidor 80 g (.) Jabłko 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SÓJ)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)
		Obiad	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Marchew gotowana z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Ryż na sypko 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy*b/ml 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 250 g (.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Naleśniki z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
PD	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osionce niejadalnej 20 g (SÓJ, SEL) Salata zielona 20 g (.)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (MLE)

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-01-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Dżem 25g 1 szt (.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 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 (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g (SOJ.) Pomidor koktajlowy 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 (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 20 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt (.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 20 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (MLE.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ, SEL.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.)		Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)					
	E: 2376.26 kcal; B: 80.30 g; T: 43.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; W: 431.41 g; W tym cukry: 144.01 g; Bł.: 28.63 g; Sól: 5.81 g;	E: 2624.99 kcal; B: 105.56 g; T: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; W: 403.09 g; W tym cukry: 93.27 g; Bł.: 53.12 g; Sól: 9.19 g;	E: 2797.97 kcal; B: 92.87 g; T: 66.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.97 g; W: 472.66 g; W tym cukry: 145.77 g; Bł.: 32.08 g; Sól: 8.72 g;	E: 2579.28 kcal; B: 93.45 g; T: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.07 g; W: 407.59 g; W tym cukry: 82.81 g; Bł.: 31.20 g; Sól: 8.66 g;	E: 2346.53 kcal; B: 44.61 g; T: 56.93 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 424.43 g; W tym cukry: 131.62 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 3.03 g;	E: 2185.62 kcal; B: 34.90 g; T: 53.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; W: 398.48 g; W tym cukry: 116.28 g; Bł.: 22.07 g; Sól: 2.33 g;	E: 2307.41 kcal; B: 83.25 g; T: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; W: 347.69 g; W tym cukry: 121.60 g; Bł.: 18.96 g; Sól: 4.66 g;	E: 3180.81 kcal; B: 118.96 g; T: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; W: 493.81 g; W tym cukry: 146.83 g; Bł.: 31.76 g; Sól: 8.52 g;	E: 2731.44 kcal; B: 91.04 g; T: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; W: 455.32 g; W tym cukry: 148.74 g; Bł.: 50.58 g; Sól: 8.04 g;	E: 2435.91 kcal; B: 66.04 g; T: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; W: 403.54 g; W tym cukry: 135.33 g; Bł.: 24.00 g; Sól: 4.16 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	
2024-01-03 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Banan 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/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 (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g (.) Dżem 25g 1 szt (.) 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 (.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25g 2 szt (.) Banan 150 g (.) Pomidor 80 g (.) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25g 2 szt (.) Banan 150 g (.) Pomidor 80 g (.) Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Banan 150 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	
		II ŚN		Banan 150 g (.)	Banan 150 g (.) Wafle ryżowe 20 g (.)				Banan 150 g (.)		
		Obiad	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Salatka szwedzka (.) 100 g (<u>GOR</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 90 g (.) Eskalopka z kurczaka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Salatka szwedzka (.) 50 g (<u>GOR</u>) Dyńia z wody 50 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Salatka szwedzka (.) 100 g (<u>GOR</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Salatka szwedzka (.) 100 g (<u>GOR</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
PD			Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Chleb mieszany 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 10 g (.)			Banan 1szt. 1 szt (.)	Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>) Wafelki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</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	
2024-01-03 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 150 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 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 (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 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 (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pasztecik drobiowy z kurnej półki 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pasztecik drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor b/skórki 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb razowy pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Salata zielona 10 g (.)									Chleb bezglutenowy 50 g (.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Salata zielona 10 g (.)
	E: 2451.27 kcal; B: 130.11 g; T: 47.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; W: 385.03 g; W tym cukry: 86.42 g; Bł.: 22.64 g; Sól: 9.32 g;	E: 2431.58 kcal; B: 134.88 g; T: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; W: 364.29 g; W tym cukry: 88.41 g; Bł.: 33.06 g; Sól: 11.77 g;	E: 2816.17 kcal; B: 136.69 g; T: 70.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; W: 418.34 g; W tym cukry: 91.79 g; Bł.: 24.20 g; Sól: 10.46 g;	E: 2388.46 kcal; B: 98.96 g; T: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.04 g; W: 388.86 g; W tym cukry: 72.21 g; Bł.: 26.49 g; Sól: 9.93 g;	E: 2151.66 kcal; B: 60.18 g; T: 57.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 352.26 g; W tym cukry: 87.85 g; Bł.: 17.12 g; Sól: 4.73 g;	E: 2003.42 kcal; B: 42.81 g; T: 52.66 g; Kw. tł. nasy.: 20.50 g; W: 343.56 g; W tym cukry: 80.50 g; Bł.: 17.09 g; Sól: 3.72 g;	E: 2079.39 kcal; B: 96.42 g; T: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.85 g; W: 306.84 g; W tym cukry: 128.21 g; Bł.: 19.00 g; Sól: 7.51 g;	E: 2797.58 kcal; B: 125.14 g; T: 70.08 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; W: 428.03 g; W tym cukry: 134.94 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 11.06 g;	E: 2775.02 kcal; B: 139.13 g; T: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; W: 415.79 g; W tym cukry: 96.09 g; Bł.: 33.06 g; Sól: 11.56 g;	E: 2303.04 kcal; B: 104.21 g; T: 59.44 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; W: 341.36 g; W tym cukry: 86.37 g; Bł.: 17.59 g; Sól: 7.19 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	
2024-01-04 czwartek	Śniadanie II ŚN	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Pasztet z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pasztet z ciecierzycy (.) 50 g (GLU PSZ, JAJ) Bułka graham-pszenna 60g 1 szt (GLU PSZ) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)
		Gruszka 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Gruszka 150 g (.)	Gruszka 150 g (.)	
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 100 g (SEL) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron niskobiałkowy PKU z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 200 g (GLU PSZ, SEL) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron bezglutenowy niskobiałkowy PKU 180 g (.) Pulpet wieprzowy 40 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 150 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 50 g (SEL) Brokuł gotowany* 50 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 100 g (SEL) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (GLU PSZ, SEL) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 100 g (SEL) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)
PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml (.)		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Schab bednarza-wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 20 g (SOJ) Salata zielona 20 g (.)			Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.) Herbatniki 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE)			

	SIE- Niskotłuszczowa	SIE- O kontr. zaw.kwasów tłuszczowych	SIE- Bogatobiałkowa	SIE- Bogatobiałkowa bezmleczna	SIE- Niskobiałkowa do 50 g białka	SIE- Niskobiałkowa do 30 g białka	SIE- Dzieci 1-3 lat Podstawowa	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż podstawa	SIE- Bogatoresztkowa	SIE- Bezglutenowa
2024-01-04 czwartek	Kolacja Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL. GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 25 g (SOJ. SEL.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g (.) Miód (25g) 1 szt (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL. GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) 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 porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ. SEL.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLU PSZ. MLE. GOR.) Pomidor 70 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)		
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)								
	E: 2043.57 kcal; B: 82.39 g; T: 37.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.12 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 77.64 g; Bł.: 25.87 g; Sól: 6.97 g;	E: 2236.62 kcal; B: 85.15 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; W: 351.83 g; W tym cukry: 76.45 g; Bł.: 49.75 g; Sól: 7.43 g;	E: 2301.54 kcal; B: 81.97 g; T: 48.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; W: 396.04 g; W tym cukry: 131.80 g; Bł.: 32.27 g; Sól: 5.93 g;	E: 2259.41 kcal; B: 86.98 g; T: 47.15 g; Kw. tł. nasy.: 10.00 g; W: 384.76 g; W tym cukry: 78.73 g; Bł.: 33.02 g; Sól: 9.59 g;	E: 1935.01 kcal; B: 49.06 g; T: 52.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.37 g; W: 320.08 g; W tym cukry: 84.75 g; Bł.: 18.92 g; Sól: 4.39 g;	E: 1923.43 kcal; B: 33.91 g; T: 46.44 g; Kw. tł. nasy.: 17.41 g; W: 344.49 g; W tym cukry: 85.32 g; Bł.: 18.02 g; Sól: 3.23 g;	E: 1807.37 kcal; B: 59.71 g; T: 40.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; W: 310.15 g; W tym cukry: 127.07 g; Bł.: 24.98 g; Sól: 4.01 g;	E: 2487.18 kcal; B: 81.74 g; T: 59.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; W: 418.65 g; W tym cukry: 136.99 g; Bł.: 37.50 g; Sól: 5.55 g;	E: 2438.74 kcal; B: 84.44 g; T: 61.26 g; Kw. tł. nasy.: 15.18 g; W: 396.65 g; W tym cukry: 132.20 g; Bł.: 47.12 g; Sól: 5.57 g;	E: 2103.05 kcal; B: 61.07 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 17.09 g; W: 336.49 g; W tym cukry: 78.88 g; Bł.: 22.61 g; Sól: 5.18 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
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Melon 100 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/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 (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostrońce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na wodzie 300 ml (.) 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 (.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w ostrońce niejadalanej 50 g (<u>SOJ, SEL</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Melon 100 g (.) Słupki z marchewki 80 g (.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g (.)	Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt (.) Melon 100 g (.) Słupki z marchewki 80 g (.) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 150 ml (.) Kawa zbożowa z/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) 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>) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 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>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 80 g (.) Melon 100 g (.) Salata zielona 20 g (.)
	II ŚN	Melon 100 g (.)				Melon 100 g (.)				
Obiad	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafirowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Ryżowa (bez mleka) (.) 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafirowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 40 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Warzywa po grecku (.) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 90 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 50 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafirowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafirowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Kalafirowa z ryżem (.) 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (<u>RYB</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (bez glutenu) (.) 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>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 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 20 g (.)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</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
2024-01-05 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Miód (25g) 1 szt (.) 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 bezmleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Papryka świeża 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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 bezmleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
	PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)								
	E: 2442.70 kcal; B: 118.55 g; T: 50.23 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 392.85 g; W tym cukry: 83.87 g; Bł.: 25.90 g; Sól: 7.38 g;	E: 2370.71 kcal; B: 126.28 g; T: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.65 g; W: 334.71 g; W tym cukry: 62.28 g; Bł.: 41.54 g; Sól: 8.64 g;	E: 2684.70 kcal; B: 131.76 g; T: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; W: 394.72 g; W tym cukry: 97.35 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 9.16 g;	E: 2339.08 kcal; B: 94.64 g; T: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.79 g; W: 381.91 g; W tym cukry: 68.97 g; Bł.: 29.05 g; Sól: 8.43 g;	E: 2279.68 kcal; B: 72.27 g; T: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; W: 354.65 g; W tym cukry: 98.80 g; Bł.: 21.17 g; Sól: 4.82 g;	E: 2062.43 kcal; B: 42.70 g; T: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; W: 352.40 g; W tym cukry: 100.95 g; Bł.: 21.17 g; Sól: 3.07 g;	E: 2026.93 kcal; B: 110.57 g; T: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; W: 263.81 g; W tym cukry: 85.77 g; Bł.: 16.39 g; Sól: 6.33 g;	E: 2654.72 kcal; B: 129.94 g; T: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; W: 382.81 g; W tym cukry: 93.47 g; Bł.: 26.34 g; Sól: 9.42 g;	E: 2592.30 kcal; B: 128.95 g; T: 74.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; W: 372.21 g; W tym cukry: 98.84 g; Bł.: 41.54 g; Sól: 9.09 g;	E: 2363.32 kcal; B: 98.61 g; T: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; W: 337.81 g; W tym cukry: 79.15 g; Bł.: 21.68 g; Sól: 5.74 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	
2024-01-06 sobota	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło extra 82% 5 g (MLE)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki ryżowe na wodzie 300 g (.)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.)</p> <p>Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona,zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalanej 30 g (GLU PSZ, SOJ)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Pomidor b/śkórki 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g (.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g (.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt (.)</p> <p>Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Masło extra 82% 15 g (MLE)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g (.)</p> <p>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p> <p>Dżem 25 g 1 szt (.)</p> <p>Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 60 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 120 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Szynki-kiełbasa wieprzowa,homogenizo wana,wędzona,parzona 120 g (.)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Ketchup 20 g (SEL)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Platki ryżowe błyskawiczne na mleku 300 g (MLE)</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.)</p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g (.)</p> <p>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE)</p> <p>Szynka z piersią indyczą- wędłina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL)</p> <p>Miód (25g) 1 szt (.)</p> <p>Pomidor 80 g (.)</p> <p>Banan 150 g (.)</p> <p>Salata zielona 20 g (.)</p>
	II ŚN		Banan 150 g (.)	Banan 150 g (.)	Banan 150 g (.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ)			Banan 150 g (.)			
	Obiad	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p> <p>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza pęczak/sypko 90 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 50 g (.)</p> <p>Surówka wykwintna z olejem b/c 50 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JEJCZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL)</p> <p>Kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ogórkowa z ziemniakami (bez glutenu) (.) 300 ml (MLE, SEL)</p> <p>Ryż na sypko 180 g (.)</p> <p>Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g (.)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.)</p> <p>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR)</p> <p>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	

	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	
2024-01-06 sobota	PD	Budyń o smaku waniliowym 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 (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g (.)	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)						
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Salatka z ryżu i brokułów- dieta (b/ml) 200 g (SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Miód (25g) 1 szt (.) 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 (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 20 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 g (.) Miód (25g) 1 szt (.) 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 (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ) Salatka z ryżu i brokułów 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) 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 (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów 200 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) 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 (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Dżem 25 g 1 szt (.)	Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02) Dżem 25 g 1 szt (.)			Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.) Dżem 25 g 1 szt (.)
	E: 2432.63 kcal; B: 102.37 g; T: 45.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; W: 418.95 g; W tym cukry: 92.38 g; Bł.: 29.39 g; Sól: 7.40 g;	E: 2590.39 kcal; B: 101.81 g; T: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; W: 409.89 g; W tym cukry: 103.75 g; Bł.: 50.91 g; Sól: 8.52 g;	E: 2714.75 kcal; B: 105.18 g; T: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; W: 460.10 g; W tym cukry: 124.24 g; Bł.: 31.53 g; Sól: 8.53 g;	E: 2892.97 kcal; B: 99.07 g; T: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; W: 474.89 g; W tym cukry: 87.59 g; Bł.: 32.53 g; Sól: 9.76 g;	E: 2345.70 kcal; B: 56.97 g; T: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.66 g; W: 398.50 g; W tym cukry: 93.25 g; Bł.: 20.66 g; Sól: 2.80 g;	E: 2222.47 kcal; B: 44.60 g; T: 54.82 g; Kw. tł. nasy.: 19.52 g; W: 394.83 g; W tym cukry: 92.88 g; Bł.: 20.57 g; Sól: 2.49 g;	E: 2148.71 kcal; B: 69.55 g; T: 72.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.10 g; W: 307.33 g; W tym cukry: 108.75 g; Bł.: 22.74 g; Sól: 5.58 g;	E: 3167.25 kcal; B: 106.29 g; T: 107.99 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; W: 454.90 g; W tym cukry: 120.62 g; Bł.: 31.71 g; Sól: 10.58 g;	E: 3031.25 kcal; B: 103.56 g; T: 109.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.60 g; W: 419.38 g; W tym cukry: 114.60 g; Bł.: 51.43 g; Sól: 10.52 g;	E: 2498.03 kcal; B: 71.90 g; T: 61.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; W: 419.64 g; W tym cukry: 95.63 g; Bł.: 19.24 g; Sól: 4.79 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	
2024-01-07 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLUPSZ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na wodzie 300 ml (GLUPSZ.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Podplomyki b/c 30 g (GLUPSZ, MLE.) Salata zielona 20 g (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 25 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Podplomyki b/c 30 g (GLUPSZ, MLE.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml (.) Chleb razowy żytnio-pszenny 120 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Platki kukurydziane na mleku 300 ml (MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Ogórek kiszony 70 g (.) Jabłko 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)
		II ŚN	Jabłko 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)
		Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* b/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Schab duszony 50 g (.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Schab duszony 50 g (.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 50 g (.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Kapusta zasmażana 100 g (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kapusta zasmażana 100 g (GLUPSZ.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki* z/c 250 ml (.)
PD			Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g (.) Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Salata zielona 20 g (.)		Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.)				

	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
2024-01-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Dżem 25 g 1 szt (.) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g (.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Ogórek kiszony 70 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb bezglutenowy 120 g (.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)								
	E: 2197.15 kcal; B: 105.10 g; T: 45.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; W: 357.56 g; W tym cukry: 92.90 g; Bł.: 31.00 g; Sól: 6.96 g;	E: 2391.74 kcal; B: 117.87 g; T: 70.12 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 343.12 g; W tym cukry: 62.80 g; Bł.: 47.33 g; Sól: 10.14 g;	E: 2713.47 kcal; B: 128.49 g; T: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; W: 398.91 g; W tym cukry: 84.23 g; Bł.: 34.30 g; Sól: 9.31 g;	E: 2388.16 kcal; B: 108.54 g; T: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; W: 354.67 g; W tym cukry: 68.57 g; Bł.: 34.91 g; Sól: 10.40 g;	E: 2194.02 kcal; B: 62.06 g; T: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; W: 340.46 g; W tym cukry: 69.26 g; Bł.: 26.06 g; Sól: 3.63 g;	E: 1992.20 kcal; B: 35.13 g; T: 61.75 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; W: 331.53 g; W tym cukry: 67.53 g; Bł.: 25.46 g; Sól: 2.79 g;	E: 1826.74 kcal; B: 77.64 g; T: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 266.33 g; W tym cukry: 69.53 g; Bł.: 20.78 g; Sól: 6.23 g;	E: 2590.19 kcal; B: 117.76 g; T: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; W: 393.02 g; W tym cukry: 78.40 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 9.85 g;	E: 2461.65 kcal; B: 113.54 g; T: 67.01 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; W: 370.80 g; W tym cukry: 72.48 g; Bł.: 44.64 g; Sól: 9.12 g;	E: 2379.04 kcal; B: 87.87 g; T: 82.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; W: 327.71 g; W tym cukry: 80.02 g; Bł.: 27.05 g; Sól: 7.06 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
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ser żółty 25 g (MLE) Mandarynka 100 g (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ.może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Banan 150 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>
	II ŚN		Banan 150 g (.)	Mandarynka 100 g (.)		
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR) Pierogi ukraińskie (.) 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki (.) 100 g (MLE) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)</p>	<p>Ryżowa (bez mleka) (.) 300 ml (SEL) Ziemniaki (.) 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JE CZ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 50 g (GLU PSZ) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 100 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ) Bitka wieprzowa z szynki duszona 100 g (GLU PSZ) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JE CZ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (.) Sos ziołowy (.) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem (.) 200 g (GLU PSZ) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)</p>

		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	
2024-01-01 poniedziałek	PD		Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE) Biszkopty b/m 30 g (GLUPSZ, JAJ, SOJ)			
	Kolacja	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i cebuli 150 g (MLE) Papryka świeża 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z ziołami 100 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodak.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodak.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Mix sałat 20 g (.)	
	BN	Salata zielona 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR)		Salata zielona 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Salata zielona 5 g (.)	Masło extra 82% 5 g (MLE) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (może zawierać: GLUPSZ, MLE, GOR) Salata zielona 5 g (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT)	
	E: 2919.17 kcal; B: 113.12 g; T: 92.22 g; Kw. tł. nasy.: 35.53 g; W: 427.92 g; W tym cukry: 90.68 g; Bł.: 38.22 g; Sól: 8.35 g;	E: 2446.27 kcal; B: 105.18 g; T: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; W: 383.84 g; W tym cukry: 116.69 g; Bł.: 24.02 g; Sól: 5.91 g;	E: 2100.03 kcal; B: 91.22 g; T: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; W: 302.85 g; W tym cukry: 99.43 g; Bł.: 20.49 g; Sól: 5.15 g;	E: 2866.58 kcal; B: 122.31 g; T: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.55 g; W: 432.06 g; W tym cukry: 107.57 g; Bł.: 32.24 g; Sól: 8.59 g;	E: 2573.09 kcal; B: 118.88 g; T: 64.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; W: 395.37 g; W tym cukry: 103.06 g; Bł.: 32.65 g; Sól: 8.11 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	
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ser żółty 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g (.) Jabłko 150 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 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt (.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>)	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Dżem 25 g 1 szt (.) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron 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 (.) Baton szynkowy z kurcząt 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Makaron 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>) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Baton szynkowy z kurcząt 25 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)
	II ŚN	Jabłko pieczone 150 g (.)	Jabłko 150 g (.)			
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż brązowy z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Ziemniaczana (bez mleka) (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 180 g (.) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Solferino (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g (.) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana z olejem (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SÓL,</u>) Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)				

		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
2024-01-02 wtorek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет sojowy z pomidorami 50 g (SOJ. GOR.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 20 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)			Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt (.) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g (.)	
		E: 2633.77 kcal; B: 85.19 g; T: 73.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.01 g; W: 427.28 g; W tym cukry: 135.46 g; Bł.: 47.19 g; Sól: 7.59 g;	E: 2397.14 kcal; B: 92.91 g; T: 63.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 373.92 g; W tym cukry: 85.68 g; Bł.: 17.60 g; Sól: 7.00 g;	E: 2003.64 kcal; B: 57.39 g; T: 48.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; W: 342.33 g; W tym cukry: 129.50 g; Bł.: 18.44 g; Sól: 4.44 g;	E: 2748.35 kcal; B: 82.29 g; T: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; W: 480.47 g; W tym cukry: 153.52 g; Bł.: 30.61 g; Sól: 8.61 g;	E: 2556.32 kcal; B: 84.75 g; T: 53.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.45 g; W: 450.18 g; W tym cukry: 132.89 g; Bł.: 32.38 g; Sól: 8.76 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	
2024-01-03 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>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-pszenno-żytni 50 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 25g 1 szt (.) Banan 150 g (.) Papryka świeża 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kakao z mlekiem 250 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Banan 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)
	II ŚN	Banan 150 g (.)				
	Obiad	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kotlety z buraka i kaszy jęczmiennej 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ</u>) Salatka szwedzka (.) 100 g (<u>GOR</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 90 g (.) Filet z kurczaka pieczony 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 50 g (.) Cukinia pieczona z olejem* 50 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Grysikowa (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Filet z kurczaka pieczony 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy (.) 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Dyńia z wody 100 g (.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	
PD		Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE</u>)	Banan 1szt. 1 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
2024-01-03 środa	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 25 g (MLE.) 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 150 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Szynka z piersią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osionce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 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 (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 40 g (MLE.) Salata zielona 10 g (.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.)			
		E: 2589.81 kcal; B: 99.87 g; T: 82.31 g; Kw. tł. nasy.: 34.13 g; W: 376.80 g; W tym cukry: 107.01 g; Bł.: 35.41 g; Sól: 9.83 g;	E: 2617.56 kcal; B: 135.08 g; T: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 403.17 g; W tym cukry: 81.64 g; Bł.: 18.90 g; Sól: 10.09 g;	E: 1888.38 kcal; B: 94.89 g; T: 47.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; W: 278.24 g; W tym cukry: 127.67 g; Bł.: 17.17 g; Sól: 5.73 g;	E: 2534.84 kcal; B: 124.88 g; T: 54.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; W: 395.73 g; W tym cukry: 133.85 g; Bł.: 25.86 g; Sól: 8.71 g;	E: 2314.46 kcal; B: 120.73 g; T: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; W: 347.61 g; W tym cukry: 91.50 g; Bł.: 22.36 g; Sól: 8.64 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	
2024-01-04 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Paszтет z ciecierzycy (.) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 80 g (.) Gruszka 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g (.)
		II ŚN	Jabłko pieczone 150 g (.)			
2024-01-04 czwartek	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Makaron z warzywami* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem (.) 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Ziemniaczana (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki (.) 180 g (.) Pulpet wieprzowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Barszcz czerwony z ziemniakami (.) 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa drobiowego (.) 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g (.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	
		PD	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml (.)			

	SIE- Wegetariańska	SIE- Pooperacyjna	SIE- Dzieci 1-3 lat Łatwostrawna	SIE- Dzieci powyżej 3 r.ż łatwostrawna	SIE- Z ogr.subst.pobudz.wydz.s oków żołądkowych	
2024-01-04 czwartek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 200 g (GLU PSZ SOJ SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Śniadaniowa drobiowa-produkt drobiowy,parzony osłonce niejadalnej 50 g (SOJ) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL GLU JECZ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko 1 szt 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL GLU JECZ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt (.)	
		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)				
		PN				
	E: 2261.35 kcal; B: 69.41 g; T: 55.79 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; W: 374.77 g; W tym cukry: 100.44 g; Bł.: 48.61 g; Sól: 4.93 g;	E: 2475.55 kcal; B: 95.45 g; T: 55.71 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; W: 408.00 g; W tym cukry: 108.40 g; Bł.: 24.14 g; Sól: 6.19 g;	E: 1799.11 kcal; B: 61.89 g; T: 39.70 g; Kw. tł. nasy.: 12.29 g; W: 307.73 g; W tym cukry: 125.05 g; Bł.: 24.69 g; Sól: 4.17 g;	E: 2296.24 kcal; B: 81.17 g; T: 48.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.89 g; W: 395.87 g; W tym cukry: 131.80 g; Bł.: 32.27 g; Sól: 5.76 g;	E: 2013.30 kcal; B: 78.66 g; T: 45.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.47 g; W: 334.80 g; W tym cukry: 91.46 g; Bł.: 31.86 g; Sól: 5.49 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
2024-01-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) 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,) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Słupki z marchewki 80 g (.) Melon 100 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,)	Zacierka na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Słupki z marchewki 80 g (.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Słupki z marchewki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Dżem 25 g 1 szt (.) Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE,) Słupki z marchewki 80 g (.) Melon 100 g (.) Salata zielona 20 g (.)
	II ŚN		Jabłko pieczone 150 g (.)	Melon 100 g (.)		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem (.) 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (RYB,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem (.) 100 g (.) Warzywa po grecku (.) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Ryżowa (bez mleka) (.) 300 ml (SEL,) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku (.) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki (.) 90 g (.) Łosoś pieczony 120 g (RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku (.) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Ryżowa (.) 300 ml (MLE, SEL,) Ziemniaki (.) 180 g (.) Łosoś pieczony 120 g (RYB,) Sos koperkowy * 80 ml (GLU PSZ, MLE,) Warzywa po grecku (.) 200 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	
PD		Budyń o smaku czekoladowym z/c 150 ml (MLE,)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)			

		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
2024-01-05 piątek	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Ser żółty 25 g (MLE.) Papryka świeża 80 g (.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szybkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g (.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Serek homo. naturalny 30 g (MLE.) Rukola 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)
	PN	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.) Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt (.)		
		E: 2516.92 kcal; B: 122.49 g; T: 71.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; W: 363.13 g; W tym cukry: 88.12 g; Bł.: 33.73 g; Sól: 9.45 g;	E: 2484.37 kcal; B: 121.43 g; T: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; W: 388.47 g; W tym cukry: 95.11 g; Bł.: 22.95 g; Sól: 8.55 g;	E: 1951.81 kcal; B: 105.85 g; T: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; W: 267.21 g; W tym cukry: 87.70 g; Bł.: 17.34 g; Sól: 5.68 g;	E: 2590.65 kcal; B: 125.16 g; T: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.75 g; W: 393.89 g; W tym cukry: 97.35 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 8.64 g;	E: 2527.95 kcal; B: 123.96 g; T: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.43 g; W: 382.49 g; W tym cukry: 89.10 g; Bł.: 28.00 g; Sól: 8.47 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		
2024-01-06 sobota	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Miód 50 g (.) Pasta z fasoli 50 g (.) Pomidor 80 g (.) Banan 150 g (.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szyńka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Dżem 25 g 1 szt (.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25 g 1 szt (.) Szyńka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Szyńka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 80 g (.) Banan 150 g (.) Salata zielona 20 g (.)</p>	
		II ŚN	Banan 150 g (.)				
		Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) kasza pęczak/sypko 180 g (GLU PSZ.) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (JAJ, GOR.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (bez mleka) (.) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 180 g (.) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Dynia z wody 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (GLU JECZ.) Gulasz z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 100 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	<p>Ziemniaczana (.) 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte (.) 200 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)</p>	

		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
2024-01-06 sobota	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 75 g (MLE) Ogórek kiszony 70 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 (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g (.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 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 (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Pomidor b/skórki 70 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 (GLU PSZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 200 g (MLE, SEL) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (SOJ) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.) Salata zielona 20 g (.)
	PN	Dżem 25 g 1 szt (.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Dżem 25 g 1 szt (.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2) Dżem 25 g 1 szt (.)		
		E: 2775.96 kcal; B: 82.58 g; T: 79.36 g; Kw. tł. nasy.: 33.30 g; W: 446.52 g; W tym cukry: 98.00 g; Bł.: 49.74 g; Sól: 9.71 g;	E: 2609.79 kcal; B: 106.39 g; T: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; W: 415.67 g; W tym cukry: 106.85 g; Bł.: 20.25 g; Sól: 8.78 g;	E: 1872.29 kcal; B: 67.00 g; T: 44.34 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; W: 311.66 g; W tym cukry: 120.71 g; Bł.: 19.40 g; Sól: 4.65 g;	E: 2732.50 kcal; B: 99.54 g; T: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 473.02 g; W tym cukry: 135.52 g; Bł.: 32.41 g; Sól: 8.54 g;	E: 2513.35 kcal; B: 98.52 g; T: 53.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; W: 425.54 g; W tym cukry: 99.24 g; Bł.: 31.49 g; Sól: 8.31 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	
2024-01-07 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g (.) Jabłko 150 g (.) Sałata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.)	Kasza manna na mleku 250 ml (GLUPSZ, 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 z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Pomidor 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g (.) Pomidor 80 g (.) Sałata zielona 20 g (.)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE.) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g (.) Jabłko pieczone 150 g (.) Sałata zielona 20 g (.)
		II ŚN	Jabłko pieczone 150 g (.)			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pierogi ukraińskie () 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Marchewkowa z ryżem () 300 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 60 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 90 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 180 g (.) Schab duszony 100 g () Sos własny () 80 ml (GLUPSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (SEL.) Kompot z aronii i czerwonej porzeczki*z/c 250 ml (.)
PD		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml ()	Maślanka truskawkowa 150 ml (MLE.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)			

		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	
2024-01-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 100 g (SEZ.) Pomidor koktajlowy 80 g (.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 35 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml (.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g (.) Salata zielona 20 g (.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt (.)	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt (.)					
		E: 2801.51 kcal; B: 94.49 g; T: 100.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.90 g; W: 391.82 g; W tym cukry: 84.53 g; Bł.: 38.44 g; Sól: 8.86 g;	E: 2478.85 kcal; B: 92.57 g; T: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; W: 396.24 g; W tym cukry: 119.68 g; Bł.: 30.56 g; Sól: 6.36 g;	E: 1904.89 kcal; B: 79.46 g; T: 57.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.76 g; W: 274.73 g; W tym cukry: 72.64 g; Bł.: 21.62 g; Sól: 5.16 g;	E: 2632.80 kcal; B: 120.38 g; T: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; W: 396.99 g; W tym cukry: 82.46 g; Bł.: 34.25 g; Sól: 9.36 g;	E: 2312.84 kcal; B: 108.05 g; T: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.39 g; W: 345.85 g; W tym cukry: 82.47 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 8.34 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,