

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN				Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		
2023-12-25 poniedziałek	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 60 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 60 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 60 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Filet z kurczaka gotowany 60 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD			Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 50 g (<u>SEL.</u>)	Marchew gotowana z olejem () 50 g		
Kolejca	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 10 g Salatka jarzynowa () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata lodowa 10 g
	PN	Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	E: 2218.40 kcal; B: 90.01 g; T: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; W: 290.88 g; W tym cukry: 64.21 g; Bł.: 25.24 g; Sól: 7.00 g;	E: 2154.45 kcal; B: 92.16 g; T: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; W: 292.78 g; W tym cukry: 61.24 g; Bł.: 22.84 g; Sól: 6.77 g;	E: 1925.65 kcal; B: 100.71 g; T: 44.29 g; Kw. tł. nasy.: 20.40 g; W: 285.54 g; W tym cukry: 46.16 g; Bł.: 22.24 g; Sól: 6.13 g;	E: 2115.24 kcal; B: 95.64 g; T: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.07 g; W: 276.53 g; W tym cukry: 21.57 g; Bł.: 34.85 g; Sól: 8.52 g;	E: 2031.37 kcal; B: 106.52 g; T: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.21 g; W: 293.80 g; W tym cukry: 24.97 g; Bł.: 25.61 g; Sól: 7.30 g;	E: 2210.45 kcal; B: 94.81 g; T: 69.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; W: 309.83 g; W tym cukry: 60.34 g; Bł.: 28.29 g; Sól: 7.61 g;	E: 2076.45 kcal; B: 100.85 g; T: 60.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.80 g; W: 285.74 g; W tym cukry: 46.30 g; Bł.: 22.24 g; Sól: 6.13 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
2023-12-26 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Salata lodowa 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 10 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Salata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Ser żółty 40 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g
		II ŚN				Kanapka z pasztetem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, pasztecet 25g, salata 5g) 1 szt (GLUPSZ, JAJ, SOJ, MLE.)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLUPSZ, SOJ, MLE.)		
2023-12-26 wtorek	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLUPSZ, JAJ.) Surówka Coleslaw () 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Surówka Coleslaw () 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLUPSZ, SEL.) Sos własny () 100 ml (GLUPSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD			Jabłko 1 szt 1 szt				
2023-12-26 wtorek	Kolejca	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Chleb Graham 30 g (GLUPSZ.) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (MLE.) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło 83% tł. 20 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (MLE.)	
		PN	Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biskopotowo tłuszczowego 50 g (GLUPSZ, JAJ.)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
		E: 2416.41 kcal; B: 101.74 g; T: 89.57 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; W: 312.89 g; W tym cukry: 60.43 g; Bl.: 24.81 g; Sól: 6.75 g;	E: 2097.07 kcal; B: 113.10 g; T: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; W: 288.06 g; W tym cukry: 48.53 g; Bl.: 21.83 g; Sól: 6.14 g;	E: 1883.77 kcal; B: 114.01 g; T: 41.50 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; W: 273.11 g; W tym cukry: 49.59 g; Bl.: 20.43 g; Sól: 6.20 g;	E: 1962.77 kcal; B: 129.11 g; T: 43.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; W: 273.59 g; W tym cukry: 49.59 g; Bl.: 20.43 g; Sól: 7.19 g;	E: 2304.90 kcal; B: 118.47 g; T: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 42.20 g; W: 295.86 g; W tym cukry: 48.96 g; Bl.: 33.30 g; Sól: 8.60 g;	E: 2039.16 kcal; B: 121.23 g; T: 47.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; W: 293.38 g; W tym cukry: 39.32 g; Bl.: 24.31 g; Sól: 7.19 g;	E: 2034.95 kcal; B: 116.88 g; T: 64.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; W: 258.83 g; W tym cukry: 47.63 g; Bl.: 25.63 g; Sól: 7.57 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	
	II ŚN				Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)	Kanapka z twarożkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)			
2023-12-27 środa	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Mus z jabłek () z/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 140 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 140 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Dyniowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g
		PD				Sok pomidorowy 200 ml			
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz szczebiński 80 g (RYB, SOJ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Mix салат 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g (RYB) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
	E: 2511.65 kcal; B: 106.66 g; T: 78.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; W: 351.80 g; W tym cukry: 63.70 g; Bł.: 32.11 g; Sól: 8.01 g;	E: 2378.49 kcal; B: 99.18 g; T: 65.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; W: 356.80 g; W tym cukry: 68.74 g; Bł.: 25.13 g; Sól: 5.48 g;	E: 2242.46 kcal; B: 103.38 g; T: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; W: 359.18 g; W tym cukry: 70.14 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 5.86 g;	E: 2294.46 kcal; B: 110.70 g; T: 49.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; W: 360.66 g; W tym cukry: 71.42 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 5.88 g;	E: 2584.05 kcal; B: 119.52 g; T: 80.52 g; Kw. tł. nasy.: 42.55 g; W: 358.86 g; W tym cukry: 38.38 g; Bł.: 42.72 g; Sól: 9.36 g;	E: 2339.52 kcal; B: 113.63 g; T: 53.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; W: 360.81 g; W tym cukry: 43.80 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 7.28 g;	E: 2243.29 kcal; B: 103.36 g; T: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; W: 321.84 g; W tym cukry: 69.12 g; Bł.: 27.45 g; Sól: 4.82 g;	E: 2393.26 kcal; B: 103.52 g; T: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 34.65 g; W: 359.38 g; W tym cukry: 70.28 g; Bł.: 23.73 g; Sól: 5.86 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata lodowa 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II ŚN				Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)			
2023-12-28 czwartek	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 400 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiewprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
		PD			Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	E: 2420.08 kcal; B: 91.35 g; T: 79.45 g; Kw. tł. nasy.: 42.29 g; W: 348.69 g; W tym cukry: 69.44 g; Bl.: 34.28 g; Sól: 10.00 g;	E: 2259.55 kcal; B: 98.20 g; T: 69.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; W: 322.51 g; W tym cukry: 69.64 g; Bl.: 29.30 g; Sól: 6.60 g;	E: 2152.75 kcal; B: 101.16 g; T: 55.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; W: 324.61 g; W tym cukry: 70.70 g; Bl.: 27.90 g; Sól: 6.16 g;	E: 2225.62 kcal; B: 104.94 g; T: 57.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; W: 333.85 g; W tym cukry: 71.61 g; Bl.: 29.33 g; Sól: 6.27 g;	E: 2249.78 kcal; B: 106.26 g; T: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.16 g; W: 306.94 g; W tym cukry: 46.29 g; Bl.: 36.25 g; Sól: 8.60 g;	E: 2197.14 kcal; B: 107.98 g; T: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 317.43 g; W tym cukry: 45.88 g; Bl.: 26.98 g; Sól: 7.84 g;	E: 2260.42 kcal; B: 101.58 g; T: 70.07 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; W: 320.65 g; W tym cukry: 69.65 g; Bl.: 34.53 g; Sól: 6.75 g;	E: 2303.55 kcal; B: 101.30 g; T: 71.74 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; W: 324.81 g; W tym cukry: 70.84 g; Bl.: 27.90 g; Sól: 6.16 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
2023-12-29 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Dżem 80g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Dżem 80g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10g Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10g (<u>MLE</u>) Twarożek 160g (<u>MLE</u>) Dżem 80g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10g Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40g (<u>MLE</u>) Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Pomidor 90g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10g (<u>MLE</u>) Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Pomidor 90g Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Dżem 80g Twarożek 160g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Dżem 80g Twarożek 80g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN				Kanapka z szynką drobiową BM (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka BM 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	
2023-12-29 piątek	Obiad	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g (<u>RYB</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 100g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Ryba pieczona (Morszczuk) 120g (<u>RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 100g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD			Surówka z rzepy białej i jabłka () 50g (<u>MLE</u>)	Kalafior gotowany* 50g		
2023-12-29 piątek	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 80g (<u>JAJ, MLE</u>) Poledwica premium-wędlina dr. średnio rozd. 40g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10g Pomidor 90g
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					
	E: 2610.00 kcal; B: 107.01 g; T: 89.86 g; Kw. tł. nasy.: 36.07 g; W: 353.48 g; W tym cukry: 109.08 g; Bł.: 27.64 g; Sól: 7.15 g;	E: 2475.73 kcal; B: 106.66 g; T: 80.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; W: 344.62 g; W tym cukry: 107.94 g; Bł.: 30.70 g; Sól: 7.95 g;	E: 2439.59 kcal; B: 116.00 g; T: 70.76 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 346.63 g; W tym cukry: 108.72 g; Bł.: 29.30 g; Sól: 7.69 g;	E: 2579.05 kcal; B: 135.78 g; T: 75.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 349.71 g; W tym cukry: 111.45 g; Bł.: 29.30 g; Sól: 7.85 g;	E: 2484.32 kcal; B: 123.98 g; T: 94.98 g; Kw. tł. nasy.: 44.82 g; W: 297.27 g; W tym cukry: 39.33 g; Bł.: 30.93 g; Sól: 9.67 g;	E: 2394.82 kcal; B: 131.33 g; T: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; W: 307.38 g; W tym cukry: 43.95 g; Bł.: 28.90 g; Sól: 9.74 g;	E: 2543.18 kcal; B: 126.04 g; T: 83.22 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; W: 336.60 g; W tym cukry: 109.77 g; Bł.: 34.50 g; Sól: 8.14 g;	E: 2589.37 kcal; B: 111.10 g; T: 86.33 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; W: 354.11 g; W tym cukry: 109.01 g; Bł.: 29.53 g; Sól: 7.76 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
2023-12-30 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		II ŚN			Kanapka z twaróżkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarózek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twaróżkiem (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
Obiad	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)				
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt						
	E: 2471.86 kcal; B: 93.49 g; T: 89.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; W: 331.57 g; W tym cukry: 77.90 g; Bł.: 27.40 g; Sól: 10.78 g;	E: 2170.43 kcal; B: 111.28 g; T: 56.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; W: 312.97 g; W tym cukry: 76.80 g; Bł.: 21.67 g; Sól: 7.04 g;	E: 2214.43 kcal; B: 114.38 g; T: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; W: 315.27 g; W tym cukry: 78.00 g; Bł.: 20.27 g; Sól: 6.60 g;	E: 2269.16 kcal; B: 119.57 g; T: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; W: 316.82 g; W tym cukry: 78.06 g; Bł.: 20.32 g; Sól: 6.65 g;	E: 2820.16 kcal; B: 128.31 g; T: 109.71 g; Kw. tł. nasy.: 49.55 g; W: 345.86 g; W tym cukry: 54.92 g; Bł.: 36.20 g; Sól: 10.00 g;	E: 2430.84 kcal; B: 125.17 g; T: 71.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; W: 331.66 g; W tym cukry: 60.81 g; Bł.: 24.73 g; Sól: 7.28 g;	E: 2309.24 kcal; B: 113.31 g; T: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.40 g; W: 300.34 g; W tym cukry: 73.20 g; Bł.: 28.94 g; Sól: 7.19 g;	E: 2365.23 kcal; B: 114.52 g; T: 74.97 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; W: 315.47 g; W tym cukry: 78.14 g; Bł.: 20.27 g; Sól: 6.60 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
2023-12-31 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN				Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE.</u>)	
2023-12-31 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD			Surówka wielowarstwowa z olejem b/c () 50 g (<u>SEL.</u>)	Marchew gotowana z olejem () 50 g		
2023-12-31 niedziela	Kolejca	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona, dojrzewająca, wędzona. 40 g (<u>SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g
		PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		E: 2424.77 kcal; B: 108.35 g; T: 102.54 g; Kw. tł. nasy.: 47.93 g; W: 278.64 g; W tym cukry: 56.40 g; Bł.: 26.12 g; Sól: 6.84 g;	E: 2279.07 kcal; B: 107.91 g; T: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; W: 291.22 g; W tym cukry: 54.88 g; Bł.: 23.20 g; Sól: 5.93 g;	E: 2145.12 kcal; B: 110.03 g; T: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 293.77 g; W tym cukry: 56.18 g; Bł.: 21.80 g; Sól: 6.22 g;	E: 2307.85 kcal; B: 119.95 g; T: 88.45 g; Kw. tł. nasy.: 40.44 g; W: 273.45 g; W tym cukry: 34.86 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 8.17 g;	E: 2230.17 kcal; B: 122.89 g; T: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.72 g; W: 286.50 g; W tym cukry: 35.62 g; Bł.: 23.47 g; Sól: 8.09 g;	E: 2233.73 kcal; B: 109.34 g; T: 83.72 g; Kw. tł. nasy.: 41.78 g; W: 270.69 g; W tym cukry: 52.29 g; Bł.: 27.00 g; Sól: 7.50 g;	E: 2295.92 kcal; B: 110.17 g; T: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; W: 293.97 g; W tym cukry: 56.32 g; Bł.: 21.80 g; Sól: 6.22 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g (MLE,)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW,) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Pomidor 90 g
II SN					Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE,)	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU, PSZ, MLE,)		
Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Cwikła z chrzanem () 200 g (MLE, SOZ,) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 120 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Cwikła z chrzanem b/c () 200 g (MLE, SOZ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 120 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU, JECZ,) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (GLU, PSZ,) Sos własny () 100 ml (GLU, PSZ, SEL,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE,)							
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ,) Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 160 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 160 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLU, PSZ, GLU, ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ,) Masło 83% tł. 20 g (MLE,) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE,) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 40 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	E: 2462.91 kcal; B: 120.00 g; T: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; W: 336.37 g; W tym cukry: 75.22 g; Bł.: 30.08 g; Sól: 7.74 g;	E: 2545.47 kcal; B: 118.27 g; T: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; W: 335.93 g; W tym cukry: 66.99 g; Bł.: 29.24 g; Sól: 7.70 g;	E: 2438.67 kcal; B: 121.23 g; T: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 25.02 g; W: 338.03 g; W tym cukry: 68.05 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 7.26 g;	E: 2597.16 kcal; B: 141.17 g; T: 78.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; W: 342.18 g; W tym cukry: 70.73 g; Bł.: 27.90 g; Sól: 7.56 g;	E: 2673.19 kcal; B: 135.18 g; T: 88.65 g; Kw. tł. nasy.: 43.63 g; W: 348.84 g; W tym cukry: 58.81 g; Bł.: 36.68 g; Sól: 9.07 g;	E: 2675.51 kcal; B: 136.20 g; T: 80.77 g; Kw. tł. nasy.: 30.43 g; W: 363.14 g; W tym cukry: 57.43 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 8.16 g;	E: 2631.96 kcal; B: 137.81 g; T: 90.62 g; Kw. tł. nasy.: 38.14 g; W: 328.98 g; W tym cukry: 68.77 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 8.04 g;	E: 2530.07 kcal; B: 118.73 g; T: 88.12 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; W: 327.34 g; W tym cukry: 68.19 g; Bł.: 24.87 g; Sól: 7.26 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
Śniadanie	Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Twarożek 80g (MLE,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Pomidor 90g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Pomidor 90g Twarożek 80g (MLE,_)	Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Pomidor 90g Twarożek 80g (MLE,_)	Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Twarożek 80g (MLE,_) Pomidor 90g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Chleb Graham 50g (GLUPSZ,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Twarożek 80g (MLE,_) Pomidor 90g	Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Twarożek 80g (MLE,_) Pomidor 90g	Chleb Graham 50g (GLUPSZ,_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,_) Twarożek 80g (MLE,_) Pomidor 90g	Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g (SOJ,_) Salata zielona 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10g Twarożek 80g (MLE,_) Pomidor 90g
	II ŚN				Kanapka z twarożkiem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g) 1 szt (GLUPSZ, MLE,_)	Kanapka z twarożkiem i salata (bulka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLUPSZ, MLE,_)		
2024-01-02 wtorek	Obiad	Soferino () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,_) Ryż na sypko 200g Mus z jabłek () z/c 100g Sos jogurtowy naturalny 100g (MLE,_) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml		Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, SEL,_) Ryż na sypko (brązowy) 200g Mus z jabłek () b/c 100g Sos jogurtowy naturalny 100g (MLE,_) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLUPSZ, SEL,_) Ryż na sypko 200g Mus z jabłek () b/c 100g Sos jogurtowy naturalny 100g (MLE,_) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250 ml	Soferino () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,_) Ryż na sypko 200g Mus z jabłek () b/c 100g Sos jogurtowy naturalny 100g (MLE,_) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250 ml	Soferino () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,_) Ryż na sypko 200g Mus z jabłek () z/c 100g Pulpet wieprzowy 120g (GLUPSZ, JAJ,_) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ, MLE,_) Kalafior gotowany* 150g Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Soferino () 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,_) Ryż na sypko 200g Mus z jabłek () z/c 100g Sos jogurtowy naturalny 100g (MLE,_) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml
		PD			Surówka Coleslaw b/c () 50g (JAJ, MLE, GOR,_)	Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 50g (GLUPSZ,_)		
Kolejacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Paprykarz szczeciński 80g (RYB, SOJ,_) Ogórek kiszony 90g Chleb Graham 30g (GLUPSZ,_) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 120g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 80g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 80g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Chleb Graham 50g (GLUPSZ,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Paprykarz szczeciński 80g (RYB, SOJ,_) Ogórek kiszony 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 10g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 80g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Chleb Graham 50g (GLUPSZ,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 80g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (GLUPSZ, GLU ŻYT,_) Masło 83% tł. 20g (MLE,_) Pastę z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami. () 80g (RYB, SEL,_) Pomidor 90g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Salata lodowa 10g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	E: 2252.55 kcal; B: 82.38 g; T: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; W: 334.57 g; W tym cukry: 55.10 g; Bł.: 26.23 g; Sól: 8.46 g;	E: 2124.78 kcal; B: 78.80 g; T: 60.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.63 g; W: 322.34 g; W tym cukry: 62.35 g; Bł.: 22.72 g; Sól: 6.23 g;	E: 2075.54 kcal; B: 87.95 g; T: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; W: 326.84 g; W tym cukry: 64.55 g; Bł.: 22.48 g; Sól: 5.99 g;	E: 2017.98 kcal; B: 81.76 g; T: 46.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.79 g; W: 324.44 g; W tym cukry: 63.41 g; Bł.: 21.32 g; Sól: 5.79 g;	E: 2345.91 kcal; B: 92.25 g; T: 75.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.02 g; W: 334.25 g; W tym cukry: 36.26 g; Bł.: 39.27 g; Sól: 9.50 g;	E: 2157.91 kcal; B: 91.78 g; T: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; W: 336.89 g; W tym cukry: 46.85 g; Bł.: 23.53 g; Sól: 6.36 g;	E: 2340.37 kcal; B: 113.80 g; T: 76.43 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; W: 309.55 g; W tym cukry: 58.29 g; Bł.: 29.15 g; Sól: 7.10 g;	E: 2077.88 kcal; B: 76.76 g; T: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; W: 314.13 g; W tym cukry: 56.20 g; Bł.: 21.32 g; Sól: 5.62 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata zielona 10 g Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 2 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Mandarynka 2 szt Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Salata zielona 10 g Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Mandarynka 2 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Poledwica premium- wedlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g	
	ISN					Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		
2024-01-03 środa	Obiad	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udzca 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Salatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka szwedzka () 200 g (<u>GOR</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* b/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jablkami* z/c 250 ml
		PD				Fasolka szparagowa z wody* 50 g	Kalafor gotowany* 50 g		
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR</u>) Papryka świeża 90 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Papryka świeża 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 4 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 4 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Mix salat 10 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE</u>)	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt							
	E: 2572.01 kcal; B: 105.55 g; T: 94.30 g; Kw. tł. nasy.: 38.69 g; W: 334.39 g; W tym cukry: 80.45 g; Bl.: 25.43 g; Sól: 10.80 g;	E: 2467.34 kcal; B: 115.70 g; T: 78.54 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; W: 330.35 g; W tym cukry: 81.72 g; Bl.: 25.07 g; Sól: 7.68 g;	E: 2345.54 kcal; B: 118.06 g; T: 64.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; W: 328.20 g; W tym cukry: 78.93 g; Bl.: 22.87 g; Sól: 7.25 g;	E: 2930.93 kcal; B: 160.59 g; T: 84.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.33 g; W: 387.38 g; W tym cukry: 80.47 g; Bl.: 24.77 g; Sól: 9.81 g;	E: 2408.17 kcal; B: 122.98 g; T: 78.22 g; Kw. tł. nasy.: 38.54 g; W: 316.98 g; W tym cukry: 52.50 g; Bl.: 32.80 g; Sól: 11.78 g;	E: 2746.12 kcal; B: 135.06 g; T: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.64 g; W: 386.34 g; W tym cukry: 52.44 g; Bl.: 26.83 g; Sól: 9.47 g;	E: 2680.73 kcal; B: 148.63 g; T: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; W: 319.83 g; W tym cukry: 81.16 g; Bl.: 28.87 g; Sól: 9.12 g;	E: 2496.34 kcal; B: 118.20 g; T: 81.04 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; W: 328.40 g; W tym cukry: 79.07 g; Bl.: 22.87 g; Sól: 7.25 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z zieleni 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Sałata zielona 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g	
	II ŚN					Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Banana 1 szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surowka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Salatka szwedzka b/c () 50 g (<u>GOR.</u>)	Marchew gotowana z olejem () 50 g			
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 4 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa, wędzona, parzona 40 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt							
	E: 2484.86 kcal; B: 89.34 g; T: 83.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.04 g; W: 351.97 g; W tym cukry: 92.93 g; Bł.: 31.21 g; Sól: 7.73 g;	E: 2360.48 kcal; B: 107.67 g; T: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 33.91 g; W: 318.48 g; W tym cukry: 61.49 g; Bł.: 26.88 g; Sól: 6.05 g;	E: 2253.68 kcal; B: 110.63 g; T: 62.96 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; W: 320.58 g; W tym cukry: 62.55 g; Bł.: 25.48 g; Sól: 5.61 g;	E: 2601.87 kcal; B: 123.00 g; T: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 381.00 g; W tym cukry: 64.32 g; Bł.: 27.88 g; Sól: 6.83 g;	E: 2597.24 kcal; B: 111.16 g; T: 95.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.06 g; W: 332.57 g; W tym cukry: 42.11 g; Bł.: 46.13 g; Sól: 8.38 g;	E: 2380.05 kcal; B: 120.02 g; T: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 328.26 g; W tym cukry: 41.99 g; Bł.: 28.85 g; Sól: 6.23 g;	E: 2336.67 kcal; B: 110.44 g; T: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; W: 309.20 g; W tym cukry: 61.16 g; Bł.: 31.18 g; Sól: 6.15 g;	E: 2313.58 kcal; B: 105.63 g; T: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; W: 310.27 g; W tym cukry: 55.34 g; Bł.: 25.48 g; Sól: 5.44 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	
	II ŚN					Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		
Obiad	Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml				
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Ogórek kiszony 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	E: 2730.98 kcal; B: 114.88 g; T: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.55 g; W: 367.46 g; W tym cukry: 100.20 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 9.82 g;	E: 2597.89 kcal; B: 116.17 g; T: 78.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; W: 365.92 g; W tym cukry: 108.54 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 7.77 g;	E: 2524.28 kcal; B: 126.00 g; T: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; W: 368.24 g; W tym cukry: 109.25 g; Bł.: 29.06 g; Sól: 7.36 g;	E: 2546.49 kcal; B: 130.89 g; T: 65.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 367.95 g; W tym cukry: 106.66 g; Bł.: 29.25 g; Sól: 7.47 g;	E: 2507.78 kcal; B: 119.74 g; T: 86.15 g; Kw. tł. nasy.: 35.57 g; W: 324.24 g; W tym cukry: 53.58 g; Bł.: 33.49 g; Sól: 11.41 g;	E: 2558.58 kcal; B: 130.67 g; T: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; W: 357.37 g; W tym cukry: 64.98 g; Bł.: 29.51 g; Sól: 8.40 g;	E: 2510.63 kcal; B: 121.14 g; T: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; W: 354.84 g; W tym cukry: 104.98 g; Bł.: 34.45 g; Sól: 7.76 g;	E: 2586.65 kcal; B: 115.92 g; T: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.81 g; W: 384.21 g; W tym cukry: 109.34 g; Bł.: 29.73 g; Sól: 7.09 g;	

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Filet ziościsty-produkt drobiowy z dodatkami surowców wleprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g (<u>SOJ.</u>) Serek naturalny Bieluch 80 g (<u>MLE, PSZ.</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (<u>SOJ.</u>) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g
	II ŚN				Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>)		
2024-01-06 sobota Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Gulasz z żołądków drobiowych() 200 g (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 250 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU, JECZ.</u>) Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD			Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 50 g	Marchew gotowana z olejem () 50 g			
Kolejacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa z dodatkiem surowców wleprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z ryżu i brokułów 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 10 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 10 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	E: 2639.30 kcal; B: 102.00 g; T: 105.14 g; Kw. tł. nasy.: 47.40 g; W: 332.12 g; W tym cukry: 62.46 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 9.46 g;	E: 2445.64 kcal; B: 99.59 g; T: 79.38 g; Kw. tł. nasy.: 34.76 g; W: 343.21 g; W tym cukry: 61.52 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 7.38 g;	E: 2338.84 kcal; B: 102.55 g; T: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; W: 345.31 g; W tym cukry: 62.58 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 6.94 g;	E: 2404.10 kcal; B: 110.46 g; T: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; W: 348.82 g; W tym cukry: 63.38 g; Bł.: 29.21 g; Sól: 7.39 g;	E: 2510.10 kcal; B: 107.49 g; T: 97.59 g; Kw. tł. nasy.: 38.23 g; W: 316.49 g; W tym cukry: 32.09 g; Bł.: 37.24 g; Sól: 8.90 g;	E: 2465.21 kcal; B: 111.94 g; T: 72.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; W: 352.99 g; W tym cukry: 42.03 g; Bł.: 31.82 g; Sól: 7.56 g;	E: 2513.55 kcal; B: 117.28 g; T: 81.67 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; W: 337.39 g; W tym cukry: 61.67 g; Bł.: 34.41 g; Sól: 9.77 g;	E: 2398.74 kcal; B: 97.55 g; T: 78.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; W: 335.00 g; W tym cukry: 55.37 g; Bł.: 28.45 g; Sól: 6.77 g;

	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowa/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca	
2024-01-07 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata lodowa 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata lodowa 10 g	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g
		II ŚN				Kanapka z pasztetem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, pasztet 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką i salata (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		
2024-01-07 niedziela	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
		PD			Jabłko 1 szt 1 szt				
2024-01-07 niedziela	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona 10 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 20 g (<u>MLE.</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Twarożek 80 g (<u>MLE.</u>)
		PN	Rogal maślany 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
	E: 2433.35 kcal; B: 103.03 g; T: 87.26 g; Kw. tł. nasy.: 38.75 g; W: 320.35 g; W tym cukry: 58.29 g; Bł.: 25.07 g; Sól: 6.33 g;	E: 2154.97 kcal; B: 114.77 g; T: 59.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.48 g; W: 295.32 g; W tym cukry: 44.03 g; Bł.: 16.91 g; Sól: 5.56 g;	E: 1905.17 kcal; B: 114.23 g; T: 42.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 270.97 g; W tym cukry: 45.09 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 5.82 g;	E: 1984.17 kcal; B: 129.33 g; T: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; W: 271.45 g; W tym cukry: 45.09 g; Bł.: 15.51 g; Sól: 6.81 g;	E: 2285.34 kcal; B: 118.31 g; T: 78.27 g; Kw. tł. nasy.: 42.00 g; W: 293.92 g; W tym cukry: 46.82 g; Bł.: 33.56 g; Sól: 8.38 g;	E: 2060.56 kcal; B: 121.45 g; T: 48.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 291.24 g; W tym cukry: 34.82 g; Bł.: 19.39 g; Sól: 6.81 g;	E: 2056.35 kcal; B: 117.10 g; T: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 38.46 g; W: 256.69 g; W tym cukry: 43.13 g; Bł.: 20.71 g; Sól: 7.19 g;	E: 2081.12 kcal; B: 105.30 g; T: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; W: 283.84 g; W tym cukry: 48.42 g; Bł.: 18.56 g; Sól: 5.95 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeny,
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 JE CZ - 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,