

	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 jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mieszanka 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 80 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 80 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40 g Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 0,5 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> )	
Obiad	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 150 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 150 g ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g ( <b>GLU, PSZ, SOJ, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos koperkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 50 g	Kalafior gotowany* 50 g		
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 30 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny (). 80 g ( <b>RYB.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt						
	E: 2318.09 kcal; B: 84.63 g; T: 78.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; W: 332.20 g; W tym cukry: 72.59 g; Bł.: 36.04 g; Sól: 10.42 g;	E: 2269.78 kcal; B: 87.54 g; T: 68.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.32 g; W: 339.61 g; W tym cukry: 71.93 g; Bł.: 37.86 g; Sól: 8.34 g;	E: 2174.08 kcal; B: 98.21 g; T: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; W: 338.41 g; W tym cukry: 68.44 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 8.03 g;	E: 2250.57 kcal; B: 112.38 g; T: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.59 g; W: 341.71 g; W tym cukry: 68.47 g; Bł.: 34.64 g; Sól: 8.81 g;	E: 2264.54 kcal; B: 88.18 g; T: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; W: 332.72 g; W tym cukry: 51.12 g; Bł.: 45.06 g; Sól: 10.04 g;	E: 2261.03 kcal; B: 112.24 g; T: 61.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; W: 327.27 g; W tym cukry: 44.75 g; Bł.: 34.25 g; Sól: 8.36 g;	E: 2454.12 kcal; B: 106.84 g; T: 58.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; W: 392.64 g; W tym cukry: 72.98 g; Bł.: 45.31 g; Sól: 10.95 g;	E: 2174.08 kcal; B: 98.21 g; T: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 20.13 g; W: 338.41 g; W tym cukry: 68.44 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 8.03 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	
2024-02-06 wtorek	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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 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> ) 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 Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN				Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pelnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Dynia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )				
Kolejacja	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> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka (). 100 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata 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> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka (). 100 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata 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> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka (). 100 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata 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> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka (). 100 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 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> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE</u> ) 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. 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 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> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE</u> ) 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. 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE</u> ) 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. 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata 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> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka (). 100 g ( <u>SEL</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	E: 2248.35 kcal; B: 112.85 g; T: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.34 g; W: 299.63 g; W tym cukry: 50.47 g; Bł.: 25.03 g; Sól: 8.97 g;	E: 2321.79 kcal; B: 114.28 g; T: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; W: 315.94 g; W tym cukry: 60.95 g; Bł.: 25.15 g; Sól: 7.34 g;	E: 2214.99 kcal; B: 117.24 g; T: 54.72 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 318.04 g; W tym cukry: 62.01 g; Bł.: 23.75 g; Sól: 6.90 g;	E: 2294.51 kcal; B: 129.80 g; T: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; W: 319.40 g; W tym cukry: 62.01 g; Bł.: 23.75 g; Sól: 8.28 g;	E: 2361.69 kcal; B: 129.28 g; T: 77.92 g; Kw. tł. nasy.: 38.26 g; W: 294.17 g; W tym cukry: 33.17 g; Bł.: 36.00 g; Sól: 10.10 g;	E: 2411.22 kcal; B: 135.94 g; T: 63.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; W: 329.01 g; W tym cukry: 43.07 g; Bł.: 23.65 g; Sól: 6.99 g;	E: 2507.31 kcal; B: 143.60 g; T: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; W: 364.70 g; W tym cukry: 59.91 g; Bł.: 32.25 g; Sól: 10.39 g;	E: 2124.09 kcal; B: 112.10 g; T: 51.72 g; Kw. tł. nasy.: 20.74 g; W: 307.53 g; W tym cukry: 54.66 g; Bł.: 23.75 g; Sól: 6.73 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	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Miód (25g) 1 szt</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g</p> <p>Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Dżem 50 g</p> <p>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p>
II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą ( chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Kanapka z szynką i sałatą ( bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )		
2024-02-07 środa	Obiad	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>		<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 200 g</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>	<p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Ziemniaki () 200 g</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>)</p> <p>Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)</p> <p>Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>
PD					Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 50 g	Brokuł gotowany* 50 g		
Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 20 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml</p> <p>Bulka pszenno-żytnia 50g 2 szt (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)</p> <p>Masło 83% tł. 10 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g</p> <p>Twarożek 80 g (<b>MLE.</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i koperku 90 g</p> <p>Mix салат 10 g</p>		
PN	Banan 1szt. 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
	E: 3032.05 kcal; B: 121.74 g; T: 92.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.48 g; W: 445.03 g; W tym cukry: 144.86 g; Bł.: 37.24 g; Sól: 7.68 g;	E: 2570.26 kcal; B: 106.21 g; T: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; W: 404.89 g; W tym cukry: 142.12 g; Bł.: 30.75 g; Sól: 7.70 g;	E: 2463.46 kcal; B: 109.17 g; T: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; W: 406.99 g; W tym cukry: 143.18 g; Bł.: 29.35 g; Sól: 7.26 g;	E: 2507.01 kcal; B: 117.33 g; T: 51.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; W: 408.45 g; W tym cukry: 125.18 g; Bł.: 28.95 g; Sól: 8.18 g;	E: 2412.53 kcal; B: 123.21 g; T: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.86 g; W: 349.51 g; W tym cukry: 49.54 g; Bł.: 38.94 g; Sól: 9.73 g;	E: 2223.88 kcal; B: 115.29 g; T: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 328.27 g; W tym cukry: 46.04 g; Bł.: 24.66 g; Sól: 9.08 g;	E: 2608.47 kcal; B: 123.41 g; T: 48.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 435.03 g; W tym cukry: 108.56 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 10.35 g;	E: 2463.46 kcal; B: 109.17 g; T: 50.61 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; W: 406.99 g; W tym cukry: 143.18 g; Bł.: 29.35 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	
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
		II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą ( chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )		
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Ryz na sytko 200 g Leczo z cukini z kielbasą 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 350 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Risotto z mięsem wieprz i warzywami() 300 g ( <b>SEL.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD					Sok pomidorowy 200 ml			
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 10 g Salatka jarzynowa () 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 10 g Salatka jarzynowa () 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata lodowa 10 g	
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
		E: 2615.08 kcal; B: 89.01 g; T: 96.08 g; Kw. tł. nasy.: 39.51 g; W: 355.50 g; W tym cukry: 71.18 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 8.62 g;	E: 2382.24 kcal; B: 97.84 g; T: 70.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.58 g; W: 346.85 g; W tym cukry: 72.48 g; Bł.: 25.99 g; Sól: 5.43 g;	E: 2160.44 kcal; B: 97.00 g; T: 53.77 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; W: 329.80 g; W tym cukry: 73.54 g; Bł.: 26.29 g; Sól: 4.99 g;	E: 2272.49 kcal; B: 107.49 g; T: 57.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; W: 339.43 g; W tym cukry: 74.84 g; Bł.: 27.34 g; Sól: 5.05 g;	E: 2382.36 kcal; B: 101.19 g; T: 79.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.58 g; W: 327.08 g; W tym cukry: 49.09 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 9.77 g;	E: 2306.23 kcal; B: 104.87 g; T: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; W: 347.33 g; W tym cukry: 53.38 g; Bł.: 30.54 g; Sól: 7.47 g;	E: 2678.29 kcal; B: 114.03 g; T: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 35.31 g; W: 401.68 g; W tym cukry: 72.88 g; Bł.: 34.14 g; Sól: 7.13 g;	E: 2311.24 kcal; B: 97.14 g; T: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 35.14 g; W: 330.00 g; W tym cukry: 73.68 g; Bł.: 26.29 g; Sól: 4.99 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 pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Papryka świeża 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Papryka świeża 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	
2024-02-09 piątek	Obiad	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <b>RYB</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB</b> ) Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD			Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 50 g	Warzywa po grecku () 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )		
Kolejacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z białek z koperkiem 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Poleđwica premium- wędłina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
	E: 2665.86 kcal; B: 114.06 g; T: 89.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; W: 363.54 g; W tym cukry: 104.69 g; Bł.: 32.02 g; Sól: 8.73 g;	E: 2430.18 kcal; B: 114.77 g; T: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.83 g; W: 336.08 g; W tym cukry: 89.85 g; Bł.: 26.92 g; Sól: 8.59 g;	E: 2394.05 kcal; B: 124.11 g; T: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.51 g; W: 338.09 g; W tym cukry: 90.63 g; Bł.: 25.52 g; Sól: 8.33 g;	E: 2401.67 kcal; B: 138.09 g; T: 67.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; W: 319.77 g; W tym cukry: 72.46 g; Bł.: 25.12 g; Sól: 9.45 g;	E: 2562.89 kcal; B: 124.43 g; T: 94.29 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; W: 321.66 g; W tym cukry: 59.55 g; Bł.: 39.49 g; Sól: 10.30 g;	E: 2450.77 kcal; B: 133.76 g; T: 71.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; W: 328.13 g; W tym cukry: 51.55 g; Bł.: 28.12 g; Sól: 8.90 g;	E: 2546.81 kcal; B: 133.85 g; T: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.07 g; W: 344.82 g; W tym cukry: 56.23 g; Bł.: 30.62 g; Sól: 11.33 g;	E: 2543.83 kcal; B: 119.22 g; T: 80.32 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; W: 345.57 g; W tym cukry: 90.92 g; Bł.: 25.74 g; Sól: 8.40 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 10 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurzej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Serek naturalny Bieluch 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )
	ISN					Kanapka z szynką i salata ( chleb pszenno-żytni 60g, masło 5g, salata 5g, wędlina 25g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Kanapka z szynką i salata ( bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	
Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 230 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 230 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g 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 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz, parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Musztarda 20 g ( <b>GOR.</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twarożek z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	E: 3069.45 kcal; B: 128.69 g; T: 143.59 g; Kw. tł. nasy.: 55.08 g; W: 327.53 g; W tym cukry: 50.27 g; Bł.: 28.27 g; Sól: 13.69 g;	E: 2454.33 kcal; B: 109.35 g; T: 86.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.13 g; W: 323.20 g; W tym cukry: 64.65 g; Bł.: 32.42 g; Sól: 7.19 g;	E: 2335.65 kcal; B: 112.70 g; T: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; W: 321.37 g; W tym cukry: 64.54 g; Bł.: 32.25 g; Sól: 6.92 g;	E: 2430.68 kcal; B: 126.12 g; T: 76.46 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; W: 323.40 g; W tym cukry: 64.59 g; Bł.: 32.30 g; Sól: 7.89 g;	E: 2652.74 kcal; B: 123.06 g; T: 97.77 g; Kw. tł. nasy.: 42.89 g; W: 333.30 g; W tym cukry: 34.99 g; Bł.: 32.82 g; Sól: 12.90 g;	E: 2490.24 kcal; B: 119.36 g; T: 78.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; W: 342.03 g; W tym cukry: 52.46 g; Bł.: 33.15 g; Sól: 7.94 g;	E: 2808.24 kcal; B: 125.59 g; T: 98.27 g; Kw. tł. nasy.: 43.11 g; W: 372.06 g; W tym cukry: 63.10 g; Bł.: 39.89 g; Sól: 11.60 g;	E: 2486.45 kcal; B: 112.84 g; T: 89.36 g; Kw. tł. nasy.: 40.61 g; W: 321.57 g; W tym cukry: 64.68 g; Bł.: 32.25 g; Sól: 6.92 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	
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN				Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
2024-02-11 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw () 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 130 g Surówka Coleslaw b/c () 200 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 230 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD				Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 50 g ( <b>SEL.</b> )	Marchew gotowana z olejem () 50 g		
2024-02-11 niedziela	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Papryka świeża 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Twaróg 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Twaróg 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa,wędzona ,parzona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	
		PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt						
	E: 2745.81 kcal; B: 124.83 g; T: 114.01 g; Kw. tł. nasy.: 47.39 g; W: 315.82 g; W tym cukry: 75.20 g; Bł.: 25.57 g; Sól: 9.50 g;	E: 2442.06 kcal; B: 131.05 g; T: 84.87 g; Kw. tł. nasy.: 41.28 g; W: 298.96 g; W tym cukry: 63.70 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 8.26 g;	E: 1998.86 kcal; B: 112.13 g; T: 58.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 263.97 g; W tym cukry: 48.29 g; Bł.: 19.77 g; Sól: 7.41 g;	E: 2572.55 kcal; B: 158.30 g; T: 84.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.21 g; W: 302.31 g; W tym cukry: 65.15 g; Bł.: 21.89 g; Sól: 9.10 g;	E: 2613.06 kcal; B: 140.38 g; T: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 45.13 g; W: 307.50 g; W tym cukry: 48.64 g; Bł.: 34.38 g; Sól: 9.18 g;	E: 2407.59 kcal; B: 135.58 g; T: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; W: 309.11 g; W tym cukry: 44.39 g; Bł.: 24.86 g; Sól: 8.27 g;	E: 2960.00 kcal; B: 163.92 g; T: 109.22 g; Kw. tł. nasy.: 51.51 g; W: 343.27 g; W tym cukry: 60.48 g; Bł.: 30.89 g; Sól: 12.02 g;	E: 2314.89 kcal; B: 114.70 g; T: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 36.66 g; W: 317.11 g; W tym cukry: 69.59 g; Bł.: 26.19 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
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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 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> ) 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 natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Kasza kukurydziana 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Pomidor 90 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) 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> )		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem () b/c 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi z olejem () b/c 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona 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 JĘCZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD				Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )		
Kolejacja	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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 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> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 90 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata 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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( <u>MLE.</u> )						
	E: 2455.44 kcal; B: 107.67 g; T: 91.11 g; Kw. tł. nasy.: 38.49 g; W: 316.57 g; W tym cukry: 71.42 g; Bł.: 31.76 g; Sól: 9.30 g;	E: 2316.05 kcal; B: 102.18 g; T: 83.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; W: 300.32 g; W tym cukry: 54.73 g; Bł.: 24.93 g; Sól: 6.66 g;	E: 2300.15 kcal; B: 110.28 g; T: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; W: 312.93 g; W tym cukry: 63.14 g; Bł.: 23.53 g; Sól: 6.39 g;	E: 2302.22 kcal; B: 117.53 g; T: 73.28 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; W: 304.85 g; W tym cukry: 56.16 g; Bł.: 23.59 g; Sól: 7.30 g;	E: 2652.53 kcal; B: 124.39 g; T: 92.72 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; W: 350.88 g; W tym cukry: 45.85 g; Bł.: 42.11 g; Sól: 10.62 g;	E: 2693.00 kcal; B: 130.90 g; T: 85.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; W: 361.36 g; W tym cukry: 44.66 g; Bł.: 25.87 g; Sól: 7.92 g;	E: 2892.14 kcal; B: 135.83 g; T: 95.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.66 g; W: 388.14 g; W tym cukry: 73.80 g; Bł.: 32.65 g; Sól: 9.83 g;	E: 2450.71 kcal; B: 110.40 g; T: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 37.34 g; W: 313.09 g; W tym cukry: 63.27 g; Bł.: 23.51 g; Sól: 6.39 g;



	KRK- BON Podstawowa	KRK- BON Łatwo strawna	KRK- BON Niskotłuszczowa	KRK- BON Niskotłuszczowa, bogatobiałkowa	KRK- BON Cukrzyca	KRK- BON Cukrzyca wątrobowaj/niskotłuszczowa	KRK- BON Bogatobiałkowa	KRK- BON Oszczędzająca
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 90 g Sałata zielona 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Rzodkiew biała 90 g Sałata lodowa 10 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 80 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g
II SN					Kanapka z serem żółtym i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarogiem i sałata (chleb razowy 60g, masło 5g, twarog 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> )		
Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka wykwiwna z olejem b/c 200 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy () 100 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD				Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 50 g ( <b>SEL.</b> )	Brokol gotowany* 50 g			
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną, Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
	E: 2211.07 kcal; B: 101.77 g; T: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 34.06 g; W: 317.43 g; W tym cukry: 57.73 g; Bł.: 34.88 g; Sól: 8.39 g;	E: 2237.77 kcal; B: 100.21 g; T: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; W: 314.23 g; W tym cukry: 58.80 g; Bł.: 32.28 g; Sól: 8.38 g;	E: 2164.97 kcal; B: 111.56 g; T: 54.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; W: 318.99 g; W tym cukry: 62.42 g; Bł.: 30.88 g; Sól: 7.79 g;	E: 2241.73 kcal; B: 123.87 g; T: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; W: 321.31 g; W tym cukry: 62.45 g; Bł.: 30.93 g; Sól: 8.81 g;	E: 2490.52 kcal; B: 113.88 g; T: 94.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.16 g; W: 313.92 g; W tym cukry: 38.61 g; Bł.: 38.91 g; Sól: 9.59 g;	E: 2320.15 kcal; B: 122.98 g; T: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.85 g; W: 334.16 g; W tym cukry: 47.64 g; Bł.: 35.60 g; Sól: 8.68 g;	E: 2524.63 kcal; B: 125.11 g; T: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.47 g; W: 364.53 g; W tym cukry: 60.66 g; Bł.: 39.43 g; Sól: 10.89 g;	E: 2315.77 kcal; B: 111.70 g; T: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; W: 319.19 g; W tym cukry: 62.56 g; Bł.: 30.88 g; Sól: 7.79 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 100 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> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z makiem 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Salata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z makiem 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z makiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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> )		
2024-02-14 środa	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 150 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kalafior gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barzcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Obiad				Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )			
PD								
Kolaça	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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 4 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g	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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 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> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami ( ). 80 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	E: 2427.76 kcal; B: 84.46 g; T: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; W: 365.09 g; W tym cukry: 64.79 g; Bł.: 26.13 g; Sól: 8.05 g;	E: 2229.82 kcal; B: 85.98 g; T: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; W: 341.05 g; W tym cukry: 67.03 g; Bł.: 25.20 g; Sól: 4.68 g;	E: 2123.02 kcal; B: 88.94 g; T: 47.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; W: 343.15 g; W tym cukry: 68.09 g; Bł.: 23.80 g; Sól: 4.24 g;	E: 2342.46 kcal; B: 97.95 g; T: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.45 g; W: 346.47 g; W tym cukry: 70.78 g; Bł.: 23.80 g; Sól: 4.32 g;	E: 2215.42 kcal; B: 94.82 g; T: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 34.44 g; W: 319.68 g; W tym cukry: 30.16 g; Bł.: 36.81 g; Sól: 7.63 g;	E: 2563.49 kcal; B: 111.06 g; T: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; W: 405.68 g; W tym cukry: 43.28 g; Bł.: 26.58 g; Sól: 6.62 g;	E: 2650.16 kcal; B: 128.54 g; T: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.06 g; W: 373.61 g; W tym cukry: 60.89 g; Bł.: 33.56 g; Sól: 6.99 g;	E: 2273.82 kcal; B: 89.08 g; T: 64.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.39 g; W: 343.35 g; W tym cukry: 68.23 g; Bł.: 23.80 g; Sól: 4.24 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 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> ) Serek fromage z warzywami 80g-Górski przysmak 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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 80g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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 80g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80g Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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> ) Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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 Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80g Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Twarożek 80g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
II ŚN					Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb pszenna 60g, masło 5g, twarog 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarog 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński z mięsa wp () 200g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 230g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pelnoziarnisty 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem() 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 230g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 230g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ()-dieta 200g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
PD					Salatka szwedzka b/c () 50g ( <u>GOR</u> )	Brokol gotowany* 50g		
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli () 70g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	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> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	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> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	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. 10g ( <u>MLE</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml 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> ) Pasztet z fasoli () 70g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Mix салат 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> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb Graham 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20g ( <u>MLE</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g	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> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <u>SOJ</u> ) Serek homo. naturalny 80g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90g Mix салат 10g
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt							
	E: 2822.74 kcal; B: 112.86 g; T: 114.66 g; Kw. tł. nasy.: 44.58 g; W: 344.11 g; W tym cukry: 57.60 g; Bł.: 24.48 g; Sól: 7.86 g;	E: 2348.67 kcal; B: 108.82 g; T: 74.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.66 g; W: 313.96 g; W tym cukry: 56.46 g; Bł.: 18.20 g; Sól: 7.09 g;	E: 2241.87 kcal; B: 111.78 g; T: 60.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; W: 379.03 g; W tym cukry: 57.52 g; Bł.: 16.80 g; Sól: 6.65 g;	E: 2630.10 kcal; B: 132.02 g; T: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; W: 379.03 g; W tym cukry: 60.75 g; Bł.: 20.05 g; Sól: 8.93 g;	E: 2611.07 kcal; B: 120.50 g; T: 93.16 g; Kw. tł. nasy.: 40.83 g; W: 337.73 g; W tym cukry: 44.02 g; Bł.: 42.72 g; Sól: 8.02 g;	E: 2350.53 kcal; B: 121.92 g; T: 66.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; W: 320.22 g; W tym cukry: 34.62 g; Bł.: 18.91 g; Sól: 7.25 g;	E: 2620.90 kcal; B: 125.56 g; T: 77.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; W: 363.53 g; W tym cukry: 57.59 g; Bł.: 26.65 g; Sól: 9.85 g;	E: 2392.67 kcal; B: 111.92 g; T: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 35.22 g; W: 316.26 g; W tym cukry: 57.66 g; Bł.: 16.80 g; Sól: 6.65 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	
2024-02-16 piątek	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> ) Powidła śliwkowe 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) 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> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) 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> ) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 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> ) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
		II ŚN				Kanapka z szynką i sałata ( chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)	Kanapka z szynką i sałata ( bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> .)		
Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</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	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Pulpet rybny (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 cytrynowym b/c 150 ml				
Kolaćca	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 natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 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. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g 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> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Sałata 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> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 70 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło 83% tł. 20 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Papryka świeża 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> ) Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Sałata 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> .) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> .)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	E: 2697.06 kcal; B: 109.13 g; T: 95.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.65 g; W: 361.82 g; W tym cukry: 87.85 g; Bł.: 27.94 g; Sól: 8.79 g;	E: 2346.36 kcal; B: 107.61 g; T: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; W: 332.50 g; W tym cukry: 92.40 g; Bł.: 30.72 g; Sól: 7.91 g;	E: 2310.22 kcal; B: 116.96 g; T: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; W: 334.51 g; W tym cukry: 93.18 g; Bł.: 29.32 g; Sól: 7.66 g;	E: 2395.98 kcal; B: 129.96 g; T: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; W: 335.87 g; W tym cukry: 93.18 g; Bł.: 29.32 g; Sól: 9.08 g;	E: 2402.76 kcal; B: 114.12 g; T: 85.34 g; Kw. tł. nasy.: 35.16 g; W: 308.36 g; W tym cukry: 45.46 g; Bł.: 33.11 g; Sól: 10.29 g;	E: 2313.31 kcal; B: 122.87 g; T: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; W: 318.12 g; W tym cukry: 48.05 g; Bł.: 26.82 g; Sól: 8.67 g;	E: 2579.61 kcal; B: 129.36 g; T: 75.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.97 g; W: 361.16 g; W tym cukry: 58.45 g; Bł.: 32.72 g; Sól: 10.97 g;	E: 2403.18 kcal; B: 110.53 g; T: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 31.81 g; W: 350.41 g; W tym cukry: 95.61 g; Bł.: 29.72 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	
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 70g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Ser żółty 40g ( <b>MLE.</b> ) Ketchup 20g ( <b>SEL.</b> ) Sałata lodowa 10g Pomidor 90g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 20g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane, wędz. parz w osłonce niejadalnej) 70g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</b> )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40g ( <b>SOJ.</b> ) Twarożek 80g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 90g Sałata lodowa 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml
		II ŚN				Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		
2024-02-17 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g ( <b>SEL.</b> ) Banan 1szt. 1szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 200g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200g ( <b>SEL.</b> ) Jabłko 1szt 1szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 200g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 230g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200g Potrawka drobiowa z warzywami () 200g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
		PD			Surówka z selera i jabłką z olejem () b/c 50g ( <b>SEL.</b> )	Marchew gotowana z olejem () 50g			
2024-02-17 sobota	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Ogórek kiszony 90g Sałata zielona 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Ogórek kiszony 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 10g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło 83% tł. 20g ( <b>MLE.</b> ) Szynka soltysa wieprzowa, wędzona ,parzona 40g Serek naturalny Bieluch 80g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 10g Pomidor 90g	
		PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
	E: 2721.62 kcal; B: 94.25 g; T: 101.03 g; Kw. tł. nasy.: 47.04 g; W: 367.73 g; W tym cukry: 92.47 g; Bł.: 26.21 g; Sól: 11.54 g;	E: 2336.10 kcal; B: 97.36 g; T: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; W: 335.83 g; W tym cukry: 68.14 g; Bł.: 25.31 g; Sól: 6.53 g;	E: 2353.07 kcal; B: 106.37 g; T: 59.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; W: 355.61 g; W tym cukry: 74.31 g; Bł.: 25.50 g; Sól: 6.20 g;	E: 2291.59 kcal; B: 111.46 g; T: 54.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; W: 344.83 g; W tym cukry: 72.13 g; Bł.: 26.40 g; Sól: 6.90 g;	E: 2417.75 kcal; B: 100.99 g; T: 80.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.42 g; W: 333.42 g; W tym cukry: 45.88 g; Bł.: 40.89 g; Sól: 8.77 g;	E: 2481.85 kcal; B: 115.97 g; T: 67.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; W: 363.72 g; W tym cukry: 53.90 g; Bł.: 29.09 g; Sól: 6.82 g;	E: 2644.88 kcal; B: 112.15 g; T: 77.06 g; Kw. tł. nasy.: 37.47 g; W: 390.08 g; W tym cukry: 69.67 g; Bł.: 34.90 g; Sól: 8.68 g;	E: 2503.87 kcal; B: 106.51 g; T: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; W: 355.81 g; W tym cukry: 74.45 g; Bł.: 25.50 g; Sól: 6.20 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	
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszaný 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Rzodkiew biała 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	Chleb mieszaný 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )	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> ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Mix sałat 10 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> )	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> ) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Mix sałat 10 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszaný 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> ) Rzodkiew biała 90 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Mix sałat 10 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> )	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> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Pomidor 90 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> ) Mix sałat 10 g	Chleb mieszaný 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 10 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> )	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> ) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Mix sałat 10 g Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> )
		II ŚN				Kanapka z pasztetem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, pasztet 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> )	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 200 g Klopsik wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	PD				Kanapka z szynką i sałatą ( chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Kanapka z szynką i sałatą ( bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )			
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszaný 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> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 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> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 90 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszaný pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło 83% tł. 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 90 g Sałata 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> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g		
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt							
		E: 2317.46 kcal; B: 103.58 g; T: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; W: 336.29 g; W tym cukry: 81.28 g; Bł.: 31.54 g; Sól: 7.30 g;	E: 2284.31 kcal; B: 112.03 g; T: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.57 g; W: 329.26 g; W tym cukry: 89.98 g; Bł.: 34.05 g; Sól: 7.88 g;	E: 2252.91 kcal; B: 115.06 g; T: 58.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.43 g; W: 331.46 g; W tym cukry: 91.11 g; Bł.: 32.65 g; Sól: 7.44 g;	E: 2330.25 kcal; B: 129.49 g; T: 60.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.95 g; W: 331.71 g; W tym cukry: 91.32 g; Bł.: 32.65 g; Sól: 8.61 g;	E: 2468.52 kcal; B: 134.18 g; T: 69.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.42 g; W: 345.93 g; W tym cukry: 57.07 g; Bł.: 42.24 g; Sól: 10.38 g;	E: 2518.12 kcal; B: 135.18 g; T: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; W: 359.55 g; W tym cukry: 64.99 g; Bł.: 34.41 g; Sól: 8.83 g;	E: 2454.75 kcal; B: 127.02 g; T: 62.68 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 364.20 g; W tym cukry: 81.94 g; Bł.: 41.15 g; Sól: 10.52 g;	E: 2339.15 kcal; B: 99.54 g; T: 73.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; W: 334.86 g; W tym cukry: 83.99 g; Bł.: 33.09 g; Sól: 7.31 g;



<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],  
B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,  
T - Tłuszcz,  
W - Węglowodany ogółem,  
Sól - Sól,  
K - Potas,  
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Bł. - Błonnik pokarmowy,  
Ener. z B - % energii z białka,  
Ener. z T - % energii z tłuszczu,  
Ener. z W - % energii z węglowodanów,  
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,  
W tym cukry - w tym cukry,  
WW - WW,