

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna					
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Platki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g					
		Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 150 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Mandarynki 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Twaróg półtłusty 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Mandarynki 1 szt			
			Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g		
				PN	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
					E: 2132.74 kcal; B: 83.79 g; T: 53.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; W: 348.83 g; W tym cukry: 91.69 g; Bł.: 25.60 g; Sól: 6.88 g;	E: 2304.67 kcal; B: 104.17 g; T: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; W: 377.62 g; W tym cukry: 112.87 g; Bł.: 19.62 g; Sól: 6.40 g;	E: 2154.66 kcal; B: 87.50 g; T: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 368.71 g; W tym cukry: 107.17 g; Bł.: 19.62 g; Sól: 5.33 g;	E: 1953.22 kcal; B: 96.18 g; T: 60.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; W: 264.97 g; W tym cukry: 35.48 g; Bł.: 30.96 g; Sól: 7.90 g;	E: 1853.57 kcal; B: 88.60 g; T: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; W: 266.81 g; W tym cukry: 38.02 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 6.69 g;	E: 2303.66 kcal; B: 88.90 g; T: 44.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; W: 404.51 g; W tym cukry: 136.37 g; Bł.: 21.12 g; Sól: 5.34 g;	E: 2154.66 kcal; B: 87.50 g; T: 44.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 368.71 g; W tym cukry: 107.17 g; Bł.: 19.62 g; Sól: 5.33 g;	

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna
2023-11-28 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (<u>SOJ.</u>) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20g Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 50g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50g	
		Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso z szynki wieprzowej gotowane 70g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso z szynki wieprzowej gotowane 150g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso z szynki wieprzowej gotowane 70g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso z szynki wieprzowej gotowane 70g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Mięso z szynki wieprzowej gotowane 70g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g
PD		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			
Kolaça	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50g Sałata zielona 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 30g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50g Sałata zielona 20g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10g (<u>MLE.</u>) Galaretki drobiowa z ud* 100g (<u>SEL.</u>) Pomidor 50g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 20g	
	PN	Wafle ryżowe 30g Kiwi 1 szt 1 szt	Wafle ryżowe 30g Banan 1szt. 1 szt	Wafle ryżowe 30g Kiwi 1 szt 1 szt	Wafle ryżowe 30g Kiwi 1 szt 1 szt	Wafle ryżowe 30g Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30g
	E: 2245.06 kcal; B: 87.08 g; T: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; W: 316.10 g; W tym cukry: 64.50 g; Bł.: 27.70 g; Sól: 7.93 g;	E: 2559.85 kcal; B: 132.51 g; T: 69.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; W: 362.85 g; W tym cukry: 84.15 g; Bł.: 24.32 g; Sól: 6.91 g;	E: 2353.69 kcal; B: 102.01 g; T: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; W: 389.96 g; W tym cukry: 109.72 g; Bł.: 26.03 g; Sól: 6.43 g;	E: 2315.32 kcal; B: 89.36 g; T: 86.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.38 g; W: 309.97 g; W tym cukry: 60.22 g; Bł.: 34.15 g; Sól: 6.84 g;	E: 2093.52 kcal; B: 88.65 g; T: 52.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.10 g; W: 331.61 g; W tym cukry: 83.71 g; Bł.: 32.90 g; Sól: 6.64 g;	E: 2404.72 kcal; B: 95.72 g; T: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; W: 388.74 g; W tym cukry: 106.69 g; Bł.: 25.00 g; Sól: 5.75 g;	E: 3030.00 kcal; B: 103.42 g; T: 118.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; W: 402.90 g; W tym cukry: 113.70 g; Bł.: 28.66 g; Sól: 6.60 g;

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna				
2023-11-29 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 80 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Twarożek z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g			
		Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SO2.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)		
			PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt				
			Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE.</u>) Roszponka 20 g
				PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	E: 2063.96 kcal; B: 76.41 g; T: 68.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 295.90 g; W tym cukry: 53.27 g; Bł.: 23.53 g; Sól: 7.42 g;			E: 2623.07 kcal; B: 122.45 g; T: 75.26 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; W: 376.12 g; W tym cukry: 89.59 g; Bł.: 23.79 g; Sól: 7.66 g;	E: 2167.39 kcal; B: 92.38 g; T: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; W: 328.30 g; W tym cukry: 64.11 g; Bł.: 20.07 g; Sól: 6.00 g;	E: 1871.84 kcal; B: 79.40 g; T: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 272.60 g; W tym cukry: 38.59 g; Bł.: 33.20 g; Sól: 8.05 g;	E: 1866.36 kcal; B: 83.97 g; T: 55.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; W: 273.85 g; W tym cukry: 38.86 g; Bł.: 33.71 g; Sól: 7.26 g;	E: 2152.22 kcal; B: 86.16 g; T: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; W: 328.03 g; W tym cukry: 64.12 g; Bł.: 20.10 g; Sól: 5.80 g;	E: 2152.22 kcal; B: 86.16 g; T: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; W: 328.03 g; W tym cukry: 64.12 g; Bł.: 20.10 g; Sól: 5.80 g;		

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-11-30 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) mł (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Filet królewski z indykami produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ</u>) Salata zielona 20 g
		Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Fasolka po bretońsku 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 300 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)
	PD	jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)		jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 80 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Salatka jarzynowa - dieta (*) 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g
	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Wafle ryżowe 30 g	Kanapka z serkiem śniadaniowym (chleb razowy 60g,masło 5g,serek śniadaniowy 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
		E: 2406.80 kcal; B: 80.29 g; T: 64.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; W: 387.95 g; W tym cukry: 99.00 g; Bł.: 39.13 g; Sól: 10.11 g;	E: 2555.67 kcal; B: 113.91 g; T: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.35 g; W: 387.16 g; W tym cukry: 103.70 g; Bł.: 30.97 g; Sól: 7.19 g;	E: 2377.15 kcal; B: 100.96 g; T: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; W: 369.67 g; W tym cukry: 98.59 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 5.81 g;	E: 2182.26 kcal; B: 98.93 g; T: 71.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; W: 303.22 g; W tym cukry: 34.32 g; Bł.: 37.65 g; Sól: 7.32 g;	E: 2287.28 kcal; B: 101.02 g; T: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.38 g; W: 328.55 g; W tym cukry: 62.80 g; Bł.: 39.17 g; Sól: 6.93 g;	E: 2342.17 kcal; B: 100.12 g; T: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; W: 361.74 g; W tym cukry: 97.46 g; Bł.: 28.49 g; Sól: 5.71 g;	E: 2377.15 kcal; B: 100.96 g; T: 59.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; W: 369.67 g; W tym cukry: 98.59 g; Bł.: 29.54 g; Sól: 5.81 g;

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węgl.o.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna		
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Mandarynki 1 szt Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 30 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Serek kanapkowy mini serek twarogowy śmietankowy 30g Hochland 1 szt (<u>MLE.</u>) Mix салат 20 g	
		Obiad	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Kotlet z ryby (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 100 g	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 100 g	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 100 g	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Pulpet rybny (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 100 g	Szpinakowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 100 g
			PD	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mandarynki 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		
			Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g
PN	Banan 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Banan 1szt. 1 szt Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt		
	E: 2277.11 kcal; B: 68.36 g; T: 68.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; W: 362.63 g; W tym cukry: 113.74 g; Bł.: 31.49 g; Sól: 6.76 g;	E: 2719.09 kcal; B: 115.03 g; T: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.68 g; W: 425.64 g; W tym cukry: 122.19 g; Bł.: 27.12 g; Sól: 9.29 g;	E: 2385.31 kcal; B: 83.27 g; T: 54.41 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; W: 405.36 g; W tym cukry: 133.04 g; Bł.: 26.97 g; Sól: 6.10 g;	E: 1931.61 kcal; B: 79.73 g; T: 65.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; W: 274.19 g; W tym cukry: 35.27 g; Bł.: 32.73 g; Sól: 8.82 g;	E: 1997.94 kcal; B: 84.08 g; T: 60.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; W: 297.46 g; W tym cukry: 43.38 g; Bł.: 33.43 g; Sól: 8.17 g;	E: 2434.33 kcal; B: 81.47 g; T: 59.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; W: 404.81 g; W tym cukry: 133.89 g; Bł.: 27.39 g; Sól: 6.09 g;	E: 2436.94 kcal; B: 83.02 g; T: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; W: 404.81 g; W tym cukry: 132.85 g; Bł.: 26.72 g; Sól: 6.08 g;		

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki jęczmienna na mleku /p 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Ani-produkt drobiowy z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Tofu 30 g (<u>SOJ</u>)		
		Obiad	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Koperkowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	
		E: 2238.11 kcal; B: 89.00 g; T: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; W: 326.66 g; W tym cukry: 57.55 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 7.07 g;	E: 2564.89 kcal; B: 115.75 g; T: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; W: 380.58 g; W tym cukry: 92.05 g; Bł.: 26.58 g; Sól: 7.52 g;	E: 2176.62 kcal; B: 95.97 g; T: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; W: 339.25 g; W tym cukry: 66.36 g; Bł.: 27.04 g; Sól: 6.33 g;	E: 2117.35 kcal; B: 90.05 g; T: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; W: 304.32 g; W tym cukry: 43.21 g; Bł.: 38.35 g; Sól: 6.38 g;	E: 1876.82 kcal; B: 85.20 g; T: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; W: 279.30 g; W tym cukry: 40.69 g; Bł.: 35.63 g; Sól: 6.17 g;	E: 2237.26 kcal; B: 95.80 g; T: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; W: 341.23 g; W tym cukry: 66.95 g; Bł.: 26.44 g; Sól: 6.22 g;	

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką 30 g (MLE.) Salata zielona 20 g Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Filet z kurczaka gotowany 70 g Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 80 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.)
	PD		Maślanka 150 ml (MLE.)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			
	Kolaça	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkami wieprzowymi średnio rozdrobniony parzony, wędzony 40 g (SOJ.) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (MLE.) Mix salat 20 g	
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		Kanapka z twaróżkiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Kanapka z twaróżkiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Kanapka z twaróżkiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.)		
	E: 2527.10 kcal; B: 121.47 g; T: 101.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.74 g; W: 292.27 g; W tym cukry: 48.36 g; Bł.: 22.06 g; Sól: 8.43 g;	E: 2686.61 kcal; B: 139.78 g; T: 89.43 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; W: 292.27 g; W tym cukry: 66.68 g; Bł.: 17.63 g; Sól: 7.33 g;	E: 2139.07 kcal; B: 98.58 g; T: 50.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.56 g; W: 330.80 g; W tym cukry: 59.01 g; Bł.: 17.64 g; Sól: 6.56 g;	E: 2336.66 kcal; B: 124.31 g; T: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; W: 276.09 g; W tym cukry: 38.51 g; Bł.: 28.50 g; Sól: 7.63 g;	E: 2497.68 kcal; B: 135.59 g; T: 87.10 g; Kw. tł. nasy.: 37.36 g; W: 307.91 g; W tym cukry: 37.97 g; Bł.: 31.10 g; Sól: 8.46 g;	E: 2606.84 kcal; B: 131.52 g; T: 87.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; W: 329.84 g; W tym cukry: 58.95 g; Bł.: 17.61 g; Sól: 7.07 g;		

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 80 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku/p 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	
		Obiad	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt		Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalańior gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Śliwka szt 2 szt	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalańior gotowany* 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Jogurt naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	
			PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		
			Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 20 g
PN	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	E: 2239.90 kcal; B: 75.53 g; T: 49.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.60 g; W: 387.60 g; W tym cukry: 117.33 g; Bł.: 27.41 g; Sól: 6.07 g;	E: 2626.51 kcal; B: 107.22 g; T: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; W: 447.46 g; W tym cukry: 159.51 g; Bł.: 20.17 g; Sól: 6.45 g;	E: 2210.59 kcal; B: 80.88 g; T: 33.97 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; W: 406.75 g; W tym cukry: 131.50 g; Bł.: 20.10 g; Sól: 5.00 g;	E: 2089.72 kcal; B: 99.47 g; T: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 312.87 g; W tym cukry: 52.53 g; Bł.: 30.97 g; Sól: 7.35 g;	E: 2385.75 kcal; B: 113.84 g; T: 56.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; W: 372.99 g; W tym cukry: 81.54 g; Bł.: 35.87 g; Sól: 8.41 g;	E: 2290.46 kcal; B: 82.59 g; T: 41.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; W: 407.13 g; W tym cukry: 131.83 g; Bł.: 20.10 g; Sól: 5.02 g;	E: 2278.09 kcal; B: 80.88 g; T: 41.47 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; W: 406.75 g; W tym cukry: 131.50 g; Bł.: 20.10 g; Sól: 5.00 g;	

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 10g (MLE) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (SOJ) Pomidor 50g Ser mozzarella 30g (MLE) Salata zielona 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku/p 300ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50g (SOJ) Pomidor 50g Ser mozzarella 30g (MLE) Salata zielona 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku/p 300ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50g (SOJ) Pomidor 50g Ser mozzarella 30g (MLE) Salata zielona 20g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb Graham 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (SOJ) Pomidor 50g Ser mozzarella 30g (MLE) Salata zielona 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Makaron na mleku/p 300ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30g (SOJ) Pomidor 50g Ser mozzarella 30g (MLE) Salata zielona 20g		
		Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100g (MLE) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 150g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100g (MLE) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Ryżowa () 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Marchew oprószana z olejem () 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200g (GLU JĘCZ) Pieczeń rzymska wieprzowa 70g (GLU PSZ, JAJ) Sos ziołowy () 80 ml (GLU PSZ, SEL) Marchew oprószana z olejem () 100g (GLU PSZ) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100g
	PD	Kanapka z twarogiem WOJ (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)		Kanapka z twarogiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g Połudwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30g (SOJ) Salata zielona 20g	Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30g (RYB, SEL) Połudwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30g (SOJ) Pomidor 50g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 50g Połudwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30g (SOJ) Salata zielona 20g	Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30g (RYB, SEL) Połudwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30g (SOJ) Pomidor 50g	Salata zielona 20g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 30g (RYB, SEL) Połudwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30g (SOJ) Pomidor 50g		
	PN	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30g		Kiwi 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30g		Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30g		
		E: 2233.35 kcal; B: 80.14 g; T: 57.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.20 g; W: 361.54 g; W tym cukry: 90.86 g; Bł.: 30.49 g; Sól: 7.64 g;	E: 2862.27 kcal; B: 123.87 g; T: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; W: 442.94 g; W tym cukry: 106.06 g; Bł.: 29.07 g; Sól: 7.37 g;	E: 2391.62 kcal; B: 92.28 g; T: 53.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.45 g; W: 398.24 g; W tym cukry: 104.54 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 6.04 g;	E: 2102.49 kcal; B: 89.42 g; T: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; W: 314.68 g; W tym cukry: 32.31 g; Bł.: 36.25 g; Sól: 7.73 g;	E: 2228.71 kcal; B: 90.64 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; W: 350.87 g; W tym cukry: 65.45 g; Bł.: 38.45 g; Sól: 7.03 g;	E: 2355.70 kcal; B: 89.74 g; T: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 18.70 g; W: 381.62 g; W tym cukry: 102.98 g; Bł.: 24.59 g; Sól: 5.97 g;	E: 2427.62 kcal; B: 92.28 g; T: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; W: 398.24 g; W tym cukry: 104.54 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 6.04 g;

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna		
2023-12-06 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabiko pieczone 150 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabiko pieczone 150 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabiko pieczone 150 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabiko pieczone 150 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Ryż na mleku/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabiko pieczone 150 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g	
	Obiad	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Eskałopka z kurczaka 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Sos bazyliowy () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 70 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g
	PD		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)		Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Twarożek z natką 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Twarożek z natką 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Polędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Twarożek z natką 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g		
	PN		Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		Kanapka z twarozkiem WOJ (chleb razowy 65g, maslo 5g, twarog 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chalka 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<u>MLE.</u>)		
		E: 2256.43 kcal; B: 95.60 g; T: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; W: 312.86 g; W tym cukry: 52.71 g; Bł.: 23.30 g; Sól: 6.95 g;	E: 2651.95 kcal; B: 137.64 g; T: 66.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; W: 377.25 g; W tym cukry: 99.24 g; Bł.: 18.93 g; Sól: 7.13 g;	E: 2345.97 kcal; B: 107.65 g; T: 49.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; W: 370.92 g; W tym cukry: 93.21 g; Bł.: 18.93 g; Sól: 5.95 g;	E: 1970.70 kcal; B: 102.19 g; T: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; W: 267.73 g; W tym cukry: 31.53 g; Bł.: 30.95 g; Sól: 7.06 g;	E: 1939.41 kcal; B: 100.90 g; T: 51.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.13 g; W: 278.56 g; W tym cukry: 41.90 g; Bł.: 29.84 g; Sól: 6.86 g;	E: 2324.25 kcal; B: 106.97 g; T: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 366.03 g; W tym cukry: 92.55 g; Bł.: 18.23 g; Sól: 5.84 g;	E: 2400.80 kcal; B: 107.68 g; T: 55.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; W: 370.95 g; W tym cukry: 93.22 g; Bł.: 18.96 g; Sól: 5.93 g;	

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna		
2023-12-07 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 80 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet wędzony drobiowy-wędlina dr.parzona z dod.m.wp.biał.wp z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 50 g Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g		
		Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	
			PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)			
		Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w oslonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Serek Almette mini 30g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	
			PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	
			E: 2309.07 kcal; B: 79.26 g; T: 75.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; W: 342.04 g; W tym cukry: 93.28 g; Bł.: 35.45 g; Sól: 6.18 g;	E: 2549.59 kcal; B: 104.50 g; T: 70.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; W: 383.37 g; W tym cukry: 104.90 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 5.77 g;	E: 2376.05 kcal; B: 92.49 g; T: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 23.95 g; W: 375.92 g; W tym cukry: 100.62 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 5.20 g;	E: 2188.60 kcal; B: 89.49 g; T: 76.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; W: 301.53 g; W tym cukry: 38.77 g; Bł.: 38.40 g; Sól: 4.78 g;	E: 1986.48 kcal; B: 86.09 g; T: 61.30 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; W: 286.29 g; W tym cukry: 37.41 g; Bł.: 34.37 g; Sól: 5.35 g;	E: 2439.05 kcal; B: 92.49 g; T: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; W: 375.92 g; W tym cukry: 100.62 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 5.20 g;	E: 2233.25 kcal; B: 88.89 g; T: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; W: 333.62 g; W tym cukry: 73.32 g; Bł.: 24.18 g; Sól: 5.05 g;

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna						
2023-12-08 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Dżem 30 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Dżem 30 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mandarynki 1 szt Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Dżem 30 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Dżem 30 g Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Dżem 30 g Pomidor 50 g					
		Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Ryba smażona (Miruna) 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 150 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki z tłuszczem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba gotowana (Miruna) 70 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)			
			Kolaćca	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka konserwowa 50 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Połudwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 50 g Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka na kartki-wieprzowa,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Pasta z białek z koperkiem 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g		
				PN	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową WOJ (bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową RYD (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka drobiowa 30g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową WOJ (bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Kanapka z szynką drobiową WOJ (bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)		
					PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml							
						Energia	E: 2320.48 kcal; B: 91.93 g; T: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; W: 340.10 g; W tym cukry: 92.64 g; Bł.: 29.47 g; Sól: 7.75 g;	E: 2647.14 kcal; B: 135.44 g; T: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; W: 387.46 g; W tym cukry: 88.90 g; Bł.: 23.65 g; Sól: 9.14 g;	E: 2249.66 kcal; B: 102.55 g; T: 50.86 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; W: 356.89 g; W tym cukry: 88.64 g; Bł.: 22.81 g; Sól: 5.57 g;	E: 1967.05 kcal; B: 94.28 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 284.36 g; W tym cukry: 51.43 g; Bł.: 31.85 g; Sól: 7.40 g;	E: 1946.90 kcal; B: 97.92 g; T: 50.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; W: 290.55 g; W tym cukry: 54.09 g; Bł.: 32.22 g; Sól: 7.02 g;	E: 2310.30 kcal; B: 103.39 g; T: 53.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; W: 368.64 g; W tym cukry: 96.88 g; Bł.: 29.56 g; Sól: 6.10 g;	E: 2304.49 kcal; B: 102.58 g; T: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; W: 356.92 g; W tym cukry: 88.65 g; Bł.: 22.84 g; Sól: 5.55 g;

		CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglo.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-09 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g		Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki pszenne na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica Ani-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków ,parzony , w osłonce niejadalnej 30 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 50 g Ser mozzarella 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g		
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Cwikła z chrzanem () 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g		Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g
	PD		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)				
	Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka zielona 20 g Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 40 g (<u>SOJ</u>) Salatka z ryżu i brokułów- dieta 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Pomidor 50 g Serek twarogowy śmietankowy 16,67g (kiri,haga) 1 szt (<u>MLE</u>)	
	PN		Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		Kanapka z jajkiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)		Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
			E: 2248.73 kcal; B: 79.56 g; T: 64.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; W: 348.73 g; W tym cukry: 96.58 g; Bł.: 29.34 g; Sól: 7.27 g;	E: 2751.96 kcal; B: 109.25 g; T: 70.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; W: 433.19 g; W tym cukry: 142.35 g; Bł.: 30.63 g; Sól: 7.94 g;	E: 2386.32 kcal; B: 93.35 g; T: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.91 g; W: 395.24 g; W tym cukry: 117.35 g; Bł.: 30.54 g; Sól: 6.91 g;	E: 2165.97 kcal; B: 91.24 g; T: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 310.60 g; W tym cukry: 48.64 g; Bł.: 32.78 g; Sól: 7.24 g;	E: 2113.19 kcal; B: 93.09 g; T: 57.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; W: 323.83 g; W tym cukry: 57.30 g; Bł.: 35.86 g; Sól: 7.87 g;	E: 2371.01 kcal; B: 89.74 g; T: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 21.37 g; W: 374.06 g; W tym cukry: 106.71 g; Bł.: 27.03 g; Sól: 6.62 g;	E: 2467.32 kcal; B: 93.35 g; T: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; W: 395.24 g; W tym cukry: 117.35 g; Bł.: 30.54 g; Sól: 6.91 g;

	CHRZ- OŚW I Podstawowa	CHRZ- OŚW II Bogatobiałkowa	CHRZ- OŚW IV Niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW V Z ogr.łatwoprzyswajalnych węglow.	CHRZ- OŚW Va Z ogr.łatwoprzy.węglow.niskotłuszczowa	CHRZ- OŚW VII Z ogr.sub.pob.wydz.soku żołądkowego	CHRZ- OŚW VIII Łatwo strawna	
2023-12-10 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Mix salat 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Mix salat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Kasza manna na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 30 g Mix salat 20 g
		Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem i koperkiem () 200 g Schab gotowany 70 g Sos własny () 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)
PD				Maślanka 150 ml (<u>MLE.</u>)				
Kolacja	Herbata czarna granulowana 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 extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	
	PN	Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Kanapka z twarogiem WOJ (chleb razowy 65g, masło 5g, twaróg 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Babka drożdżowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			
	E: 2264.98 kcal; B: 88.37 g; T: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; W: 312.84 g; W tym cukry: 56.64 g; Bł.: 22.51 g; Sól: 7.13 g;	E: 2621.53 kcal; B: 158.44 g; T: 67.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; W: 352.10 g; W tym cukry: 77.64 g; Bł.: 17.81 g; Sól: 6.61 g;	E: 2253.89 kcal; B: 112.28 g; T: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; W: 340.88 g; W tym cukry: 68.18 g; Bł.: 17.72 g; Sól: 5.46 g;	E: 2333.13 kcal; B: 107.11 g; T: 98.58 g; Kw. tł. nasy.: 50.85 g; W: 265.40 g; W tym cukry: 31.23 g; Bł.: 27.90 g; Sól: 7.22 g;	E: 1957.02 kcal; B: 112.58 g; T: 52.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; W: 269.50 g; W tym cukry: 32.00 g; Bł.: 27.90 g; Sól: 6.53 g;	E: 2360.51 kcal; B: 109.13 g; T: 61.64 g; Kw. tł. nasy.: 20.09 g; W: 355.16 g; W tym cukry: 78.98 g; Bł.: 27.02 g; Sól: 6.03 g;	E: 2254.22 kcal; B: 103.56 g; T: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.49 g; W: 336.71 g; W tym cukry: 68.19 g; Bł.: 17.75 g; Sól: 5.58 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,