

13.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczor ek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 2931,6 kcal/ B: 96,7/ T: 93,9/ Kw. Tł: 30,3/ W:472,5/ W tym cukry: 60,9/ Bł:51,9/ Sól: 6,5						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/ 3) , Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9), Makaron razowy z filetem drob. i warzywami (350 g/ 1,9) surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/ 1,6), chleb razowy 90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (100 g) (dodatek insulinowy)
E: 2586,5 kcal/ B: 109,9/ T: 80,9/ Kw. Tł: 23,6/ W:402,8/ W tym cukry: 41,9/ Bł: 52,9/ Sól: 7,4						
Bogatobiałowa	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 3039,6 kcal/ B: 104,4/ T: 97,6/ Kw. Tł: 32,5/ W:483,7/ W tym cukry: 62,7/ Bł: 51,9/ Sól: 6,8						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/ 3) , Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 2782,9 kcal/ B: 87,3/ T: 90,6/ Kw. Tł: 29,4/ W: 445,5/ W tym cukry: 56,8/ Bł: 44,7/ Sól: 6,5						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Jajko gotowane (1 szt/ 3) , Bułka parówka (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/ 1,9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	K. manna na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2694,7 kcal/ B: 113,7/ T: 80,3/ Kw. Tł: 31/ W: 407,8/ W tym cukry: 36,2/ Bł: 31,8/ Sól: 4,3						

Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
E: 2350,8 kcal/ B: 100,3/ T: 74,7/ Kw. Tł: 27,8/ W: 349,8/ W tym cukry: 19,5/ Bł: 33,2/ Sól: 3,1						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
E: 2468,8 kcal/ B: 103,5/ T: 74,4/ Kw. Tł: 27,7/ W: 373,9/ W tym cukry: 37/ Bł: 31/ Sól: 4,2						
Z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
E: 2450,2kcal/ B: 104,4/ T: 71,2/ Kw. Tł: 26,8/ W: 375,5/ W tym cukry: 37,3/ Bł: 31/ Sól: 5,6						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron z warzywami (350 g/1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (150 g/9)
E: 2083,9 kcal/ B: 45,2/ T: 45,4/ Kw. Tł: 13,9/ W: 415,4/ W tym cukry: 42,4/ Bł: 46,1/ Sól: 2,3						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
E: 2468,8 kcal/ B: 103,5/ T: 74,5/ Kw. Tł: 27,7/ W: 374/ W tym cukry: 37/ Bł: 31/ Sól: 4,2						
Papkowata, półtłyczna	Pasta z jajek (100 g/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony miel. (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	K. manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2905,9kcal/ B: 122,4/ T: 97,5/ Kw. Tł: 39,4/ W: 413,9/ W tym cukry: 36,3/ Bł: 32,2/ Sól: 4,6						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Makaron z mięsem i jarzynami (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	K. manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2766,7 kcal/ B: 118,2/ T: 84,1/ Kw. Tł: 33,2/ W: 414,8/ W tym cukry: 40,4/ Bł: 34/ Sól: 3,6						

Położnice	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35g/ 1,11)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 3066,9 kcal/ B: 100,1/ T: 96,8/ Kw. Tł: 32/ W: 491,5/ W tym cukry: 64,4/ Bł: 48,1/ Sól: 7,1						
Bezmięsne	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/ 9) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 2744,2 kcal/ B: 90/ T: 73,8/ Kw. Tł: 24/ W: 481,6/ W tym cukry: 61,7/ Bł: 56,6/ Sól: 6,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), szpinak gotowany (170 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35g/ 1,11)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	K. manna na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3014,8kcal/ B: 100/ T: 90,9/ Kw. Tł: 32,2/ W: 485/ W tym cukry: 53,9/ Bł: 41/ Sól: 4,1						
Dzieci	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (150 g)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), surówka z kapusty białej (150 g/ 9), surówka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/ 1)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ 7)
E: 3036,9 kcal/ B: 118,1/ T: 91/ Kw. Tł: 29,4/ W: 477,5/ W tym cukry: 84,8/ Bł: 45,9/ Sól: 6,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

14.11.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2491,8 kcal/ B: 96,5/ T: 84,9/ Kw. Tł: 26,1/ W: 371,4/ W tym cukry: 39,5/ Bł: 42,9/ Sól: 9,1						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), chleb razowy (90 g/1,6), sałata (10 g) (dodatek insulinowy)
E: 2628 kcal/ B: 111,8/ T: 86,2/ Kw. Tł: 25,1/ W: 396,3/ W tym cukry: 29,3/ Bł: 51,8/ Sól: 8,2						
Bogatoresztkowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2599,8 kcal/ B: 104,2/ T: 88,5/ Kw. Tł: 28,2/ W: 382,6/ W tym cukry: 41,3/ Bł: 42,9 / Sól: 9,4						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2336,8 kcal/ B: 108,6/ T: 69,8/ Kw. Tł: 24,7/ W: 359,1/ W tym cukry: 37,4/ Bł: 44,6/ Sól: 7,5						
Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2848,2 kcal/ B: 133,6/ T: 77,6 / Kw. Tł: 33,4 / W: 434,4 / W tym cukry: 31,1 / Bł: 34,7 / Sól: 5,1						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polewka sopočka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2101,4 kcal/ B: 93,5/ T: 54,8/ Kw. Tł: 20/ W: 337,9/ W tym cukry: 26,1/ Bł: 33,9/ Sól: 4,9						
Ubogoenergetyczna	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polewka sopočka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2170,4 kcal/ B: 101,5/ T: 58,5/ Kw. Tł: 22,8/ W: 343,4/ W tym cukry: 22,2/ Bł: 37,9/ Sól: 5						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/ 1,9), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 1825,4 kcal/ B: 39/ T: 32,3/ Kw. Tł: 10,7/ W: 384,5/ W tym cukry: 47,9/ Bł: 44,1/ Sól: 4						
Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2102,2 kcal/ B: 89,2/ T: 50,9/ Kw. Tł: 18,6/ W: 355,4/ W tym cukry: 34/ Bł: 37,9/ Sól: 4,4						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2851,2 kcal/ B: 134,3 / T: 75,7/ Kw. Tł: 32,9 / W: 442,2/ W tym cukry: 30,5/ Bł: 38/ Sól: 5,3						
Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2913,2 kcal/ B: 140,3/ T: 79,2/ Kw. Tł: 35/ W: 444,3/ W tym cukry: 35,5/ Bł: 38,5/ Sól: 5,4						

Położnice	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/1,3,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2887 kcal/ B: 135,7/ T: 83,4/ Kw. Tł: 32,5/ W: 440,8/ W tym cukry: 56,3/ Bł: 46,8/ Sól: 8,2						
Beźmięsne	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/ 1,9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2343,3 kcal/ B: 77,9/ T: 76,3/ Kw. Tł: 22,5/ W: 375,8/ W tym cukry: 49,4/ Bł: 46,4/ Sól: 8,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/1,3,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 3287,7 kcal/ B: 143,6/ T: 84/ Kw. Tł: 34,4 / W: 529,1/ W tym cukry: 62,7/ Bł: 45,1 / Sól: 6						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/1,3,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 3076,4 kcal/ B: 135,7/ T: 86,7/ Kw. Tł: 31/ W: 482,3/ W tym cukry: 50,9/ Bł: 49,2/ Sól: 8						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

15.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2438,3 kcal/ B: 90,8/ T: 74/ Kw. Tł: 28,8/ W: 394,3/ W tym cukry: 42,1/ Bł: 46,6/ Sól: 6,3						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polewka sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (100 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt./3), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2473,5 kcal/ B: 113,7/ T: 78,4/ Kw. Tł: 25,6/ W: 374,8/ W tym cukry: 32,5/ Bł: 50,3/ Sól: 7,6						
Bogatoresztkowa	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (150g)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2615,3 kcal/ B: 99,1/ T: 78,2/ Kw. Tł: 31/ W: 423,7/ W tym cukry: 48,6/ Bł: 49,6/ Sól: 6,6						
Lekkostrawna	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2398,6 kcal/ B: 90,9/ T: 64,9/ Kw. Tł: 23,3/ W: 405,3/ W tym cukry: 42/ Bł: 47,7/ Sól: 5,3						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Polewka sopocka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmieńne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone(150 g)	Jarzynowa (450 ml/1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2763,6 kcal/ B: 132,6/ T: 81,4/ Kw. Tł: 32/ W: 408,7/ W tym cukry: 33,4/ Bł: 36,8/ Sól: 6,7						

Ubogoreszkowa , z ogr. tłuszczu	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2129,7 kcal/ B: 100,5/ T: 62,5/ Kw. Tł: 21,1/ W: 324,8/ W tym cukry: 31,9/ Bł: 36,6/ Sól: 5,4						
Ubogoenergetyczna	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2074,5 kcal/ B: 97/ T: 62,9/ Kw. Tł: 21,1/ W: 316/ W tym cukry: 34,5/ Bł: 39,3/ Sól: 4,6						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Pierogi z jabłkiem (350 g/ 8 szt/1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kasza jęczmienna z warzywami (350 g/ 1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2219,5 kcal/ B: 47,8/ T: 58,6/ Kw. Tł: 33,3/ W: 413,3/ W tym cukry: 52,6/ Bł: 41,4 / Sól: 2,2						
Bezsolna	Ser biały (100 g/ 7), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2182,3 kcal/ B: 109 / T: 63/ Kw. Tł: 22,1/ W: 328,2/ W tym cukry: 31,6 / Bł: 36,6 / Sól: 4,1						
Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Udko gotowane miel. w jarzynach (170 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona miel. (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2925,9 kcal/ B: 127,4/ T: 88,7 / Kw. Tł: 31 / W: 437,2 / W tym cukry: 35,5 / Bł: 38,5/ Sól: 6,8						
Bogatobiałkowa	Polędwica sopocka(60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Jarzynowa (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)

E: 2816,4 kcal/ B: 136,8 / T: 85,4 / Kw. Tł: 34,2 / W: 411,1 / W tym cukry: 37,8/ Bł: 39,5 / Sól: 6,2						
Położnice	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 3149,2 kcal/ B: 123,7/ T: 92,8/ Kw. Tł: 38,4/ W: 496,6/ W tym cukry: 45,7/ Bł: 49,2/ Sól: 8,7						
Beźmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2601,3 kcal/ B: 91,4/ T: 65,3/ Kw. Tł: 19,6/ W: 459,6/ W tym cukry: 45,5/ Bł: 55,4/ Sól: 5,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), jarzynka gotowana (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Rogal maślany (1 szt/1)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 3307,5 kcal/ B: 127,4/ T: 98,8/ Kw. Tł: 40,8/ W: 514,5/ W tym cukry: 42/ Bł: 42,3/ Sól: 8,2						
Dzieci	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ 1,3), Surówka z porów (150 g/9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
E: 2667,6 kcal/ B: 98,2/ T: 70,7/ Kw. Tł: 25,4/ W: 451,3/ W tym cukry: 42,9/ Bł: 49,5/ Sól: 7						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

16.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulką smażoną (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2344,7/ B:107,7 / T:74,2/ Kw.tł: 28,2/ W:343,3/ W tym cukry: 37,0/ Bł: 35,2/ Sól: 5,5						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Herbata (250 ml)	Mandarynka (60 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E:2167,9 / B:105,8 / T:56,1 / Kw.tł: 19,9 / W:351,5 / W tym cukry: 34,6/ Bł: 45,5 / Sól: 7,1						
Bogatoresztkowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulką smażoną (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E:2452,7 / B: 115,4 / T: 77,8 / Kw.tł:30,3 / W:354,5 / W tym cukry: 38,8/ Bł: 35,2 / Sól:5,8						
Lekkostrawna	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E:2185,4 / B:110,0/ T:58,4 / Kw.tł:23,5/ W:336,8/ W tym cukry: 37,7 / Bł:35,8 / Sól: 5,5						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E:2670,4 / B:136,7/ T:64,9/ Kw.tł: 31,6 / W:410,1/ W tym cukry: 36,5/ Bł: 29,3/ Sól: 6,0						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)/ <u>dieta niskotłuszczowa:</u> kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
Ubogoresztkowa E: 2161,8 / B: 110,0 / T: 52,0 / Kw.tł: 22,5 / W: 338,3 / W tym cukry: 35,0 / Bł:29,1 / Sól: 5,5 Z ograniczeniem tłuszczu E: 2120,1 / B: 107,3 / T: 48,2 / Kw.tł: 21,4 / W: 339,0 / W tym cukry:35,1 / Bł: 29,1 / Sól: 5,9						
Ubogoenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 1977,7 / B: 99,5 / T: 46,7 / Kw.tł: 19,2 / W: 316,2 / W tym cukry:32,8 / Bł: 30,6 / Sól: 4,4						
Niskobiałkowa	Ryż z truskawkami (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Placki ziemniaczane tarte (350 g/3 szt/1,3), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Krupnik jaglany (450 ml/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 1856,0 / B: 43,5 / T: 18,1 / Kw.tł: 3,5 / W: 413,6 / W tym cukry:69,3 / Bł: 38,7 / Sól: 2,2						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2207,5 / B: 118,6 / T: 50,7 / Kw.tł: 22,0/ W: 348,5 / W tym cukry:34,9 / Bł: 33,7 / Sól: 4,5						
Papkowata, półpłynna	Paszтет drob. (50 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku(250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (60 g)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2732,4 / B: 128,7 / T: 72,9 / Kw.tł: 33,0 / W: 419,4 / W tym cukry:35,6 / Bł: 32,7 / Sól: 5,5						

Bogatobiałkowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (60 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2747,4 / B: 142,9 / T: 68,8 / Kw.tł: 33,8 / W: 415,9 / W tym cukry:39,6 / Bł: 31,0 / Sól: 5,4						
Polożnice	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Stek wieprzowy pieczony (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 3121,2 / B: 138,0 / T: 92,9 / Kw.tł: 36,6 / W: 467,1 / W tym cukry:68,6 / Bł: 38,0 / Sól: 6,7						
Beźmięśne	Paszтет sojowy (50 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Mandarynka (60 g)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Placki ziemniaczane tarte (350 g/3 szt/1,3), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2253,7 / B: 85,7 / T: 76,0 / Kw.tł: 22,1 / W: 335,5 / W tym cukry:37,2 / Bł: 36,4 / Sól: 5,6						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Stek wieprzowy pieczony (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 3196,3 / B: 138,3 / T: 99,1 / Kw.tł: 44,6 / W: 465,9 / W tym cukry:66,0 / Bł: 31,7 / Sól: 6,3						
Dzieci	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek zielony (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (60 g)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), surówka z kapusty i papryki (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2684,1 / B: 118,1 / T: 63,9 / Kw.tł: 25,1 / W: 443,9 / W tym cukry:59,3 / Bł: 40,0 / Sól: 5,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

17.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2679,2 kcal/ B: 104,1/ T: 67,2/ Kw. Tł: 19,5/ W: 452,8/ W tym cukry: 81,8/ Bł: 42,9/ Sól: 6,3						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Banan (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2389,4 kcal/ B: 112,2/ T: 67,9/ Kw. Tł: 23/ W: 374,6/ W tym cukry: 39,1/ Bł: 46,1/ Sól: 6,6						
Bogatoresztkowa	Sok pomidorowy (330 ml), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 26722,1 kcal/ B: 106,7/ T: 67,6/ Kw. Tł: 19,6/ W: 461,4/ W tym cukry: 82,5/ Bł: 44,2/ Sól: 7,3						
Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2679,2 kcal/ B: 104,1/ T: 67,2/ Kw. Tł: 19,5/ W: 452,8/ W tym cukry: 81,8/ Bł: 42,9/ Sól: 6,3						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2614,9 kcal/ B: 116,5/ T: 61,1/ Kw. Tł: 22,9/ W: 423,3/ W tym cukry: 69,4/ Bł: 28,1/ Sól: 4,3						

Ubogoenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2299,4 kcal/ B: 108,6/ T: 54,2/ Kw. Tł: 18,9/ W: 368,5/ W tym cukry: 48,5/ Bł: 28,4/ Sól: 3,7						
Ubogoresztkowa, z ogr tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2381,4 kcal/ B: 108,6/ T: 54,2/ Kw. Tł: 18,9/ W: 388,5/ W tym cukry: 68,5/ Bł: 28,4/ Sól: 3,8						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka 4 skł. (220 g/9,10), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1szt/1)
E: 2194,7 kcal /B: 41,1/ T: 59,3/ Kw. Tł: 13,8/ W: 405,4/ W tym cukry: 76,6/ Bł: 34,8/ Sól: 3,9						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2381,4 kcal/ B: 108,6/ T: 54,2/ Kw. Tł: 18,9/ W: 388,5/ W tym cukry: 68,5/ Bł: 28,4/ Sól: 3,8						
Papkowata, półtłyczna	Dżem owocowy (25 g) , Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony miel. (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2508,9 kcal/B: 109,7/ T: 57,6/ Kw. Tł: 23,6/ W: 415,6/ W tym cukry: 56,5/ Bł: 32/ Sól: 4,6						
Bogatobiałkowa	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2659,3 kcal/ B: 126,1/ T: 67,1/ Kw. Tł: 27,8/ W: 411,3/ W tym cukry: 50,5/ Bł: 28/ Sól: 5,9						

Położnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g) Sok pomidorowy (330 ml)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Sałatka 4 skł. (220 g/10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2905,6 kcal/ B: 108,7/ T: 72,4/ Kw. Tł: 22,6/ W: 494,5/ W tym cukry: 102,5/ Bł: 44,8/ Sól: 7,5						
Bezmięsne	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2679,2 kcal/ B: 104,1/ T: 67,2/ Kw. Tł: 19,5/ W: 452,8/ W tym cukry: 81,8/ Bł: 42,9/ Sól: 6,3						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Sałatka 4 skł. (220 g/10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 3007,7 kcal/ B: 114,2/ T: 74,7/ Kw. Tł: 25,3/ W: 504,6/ W tym cukry: 95,8/ Bł: 40/ Sól: 4,5						
Dzieci	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (150 g)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/1,3,7)	Sałatka 4 skł. (220 g/10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2985 kcal/ B: 117,4/ T: 76/ Kw. Tł: 21,8/ W: 496,7/ W tym cukry: 92/ Bł: 43,9/ Sól: 6,4						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

18.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E:2381,5 kcal B:105,1 T:71,7 Kw. Tł.:29,9 W:369 w tym cukry:42,5 Bł:43,5 Sól:5,9						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E:2153,1 kcal B: 106,7 T:40,4 Kw. Tł.:12,2 W: 384 w tym cukry: 32,8 Bł:49 Sól:8,4						
Bogatoresztkowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E:2489,5 kcal B:112,8 T:75,3 Kw. Tł.:32 W: 380,2 w tym cukry:44,3 Bł:43,5 Sól:6,2						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E:2229,5 kcal B:104,8 T:52,5 Kw. Tł.:17,8 W:373,5 w tym cukry:42,6 Bł:43,5 Sól:4,5						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na ml (450 ml/7)
E: 2563,5 kcal B:126,1 T:52,7 Kw. Tł.:22,5 W:430,1 w tym cukry:34,1 Bł:38,8 Sól:6,3						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 1971,7 kcal B:92,5 T:34,2 Kw. Tł.:12,1 W:357,4 w tym cukry:34,6 Bł:39,2 Sól:5,1						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E:2007,6 kcal B: 95,6 T:34 Kw. Tł.:12,1 W: 361,6 w tym cukry:32,2 Bł: 37 Sól:6						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa (450 ml/9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E:2070 kcal B:46,5 T:34,2 Kw. Tł.:11,3 W: 440,3 w tym cukry:45,5 Bł:51,2 Sól:4,1						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E:2063,7 kcal B: 88,8 T:35 Kw. Tł.:12,1 W:380,4 w tym cukry:32,3 Bł:37 Sól:4,3						

Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paszтет drobiowy (50 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na ml (450 ml/7)
E:2610,9 kcal B:119,9 T:60,4 Kw. Tł.:23,6 W:431,5 w tym cukry:33,8 Bł:38,9 Sól:5,7						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na ml (450 ml/7)
E:2527,5 kcal B: 122,9 T:52,9 Kw. Tł.:22,6 W:425,9 w tym cukry:36,5 Bł:41 Sól:5,3						
Położnice	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), surówka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E:2687 kcal B:129,5 T:67,9 Kw. Tł.:35,5 W:432 w tym cukry:46,5 Bł: 47 Sól:8,8						
Bezmięsne	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy (100 g/6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E:2701,2 kcal B: 91,1 T:72,5 Kw. Tł.:28,9 W: 469,1 w tym cukry: 43,7 Bł:52,8 Sól:4,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na ml (450 ml/7)
E: 2964,9 kcal B:135,7 T:92,9 Kw. Tł.:41,1 W: 440,2 w tym cukry: 37,5 Bł:46,9 Sól:7,4						

Dzieci	Twarożek (100 g/ 7) , Chleb razowy (120 g/ 1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (150 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/ 1,6), chleb pszenny (30 g/ 1)
---------------	--	----------------	---	-------------------------	---	---

E: 2652,5 kcal B:123,9 T:63,9 Kw. Tł.:23,6 W: 436,3 w tym cukry: 47,6 Bł:45,6 Sól:5

Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.

19.11.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/1) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E:2252,7 kcal B: 94,1 T: 76,1 Kw. Tł: 22,6 W: 344,1 W tym cukry: 36,6 Bł: 41,5 Sól: 49,3						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanó	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, Papryka (100 g), Herbata (250 ml)	Jabłko (150 g), Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa z kaszy kukurydź. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb razowy (120 g/1,6) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony(100g/1,7), chleb razowy (90g/1,6), rzodkiewka (25 g) (dodatek insuliny)
E: 2589,2 kcal B: 117,6 T: 107,3 Kw. Tł: 40 W: 334,7 W tym cukry: 22,9 Bł: 48 Sól: 7,3						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g), Jogurt naturalny (180 g/7)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/1) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E:2432 kcal B: 96,7 T: 90,1 Kw. Tł: 29,1 W: 355,3 W tym cukry: 38,4 Bł: 49,3 Sól: 6,8						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/1) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2323,5 kcal B: 107 T: 87,7 Kw. Tł: 27 W: 321,7 W tym cukry: 36,4 Bł: 47,5 Sól:6,5						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmieńne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydź. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E:2745,8 kcal B: 132,5 T: 89,8 Kw. Tł:34,8 W: 382,2 W tym cukry: 42,5 Bł:32,9 Sól:6,6						

Ubogoenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2085,4 kcal B: 94,5 T: 73,1 Kw. Tł: 24,5 W: 296,5 W tym cukry: 45,9 Bł: 36,8 Sól: 4,6						
Ubogoresztkowa, ubogoenergetyczna, z ograniczonym tłuszczem	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2140,6 kcal B: 97,9 T: 72,7 Kw. Tł: 24,4 W: 305,3 W tym cukry: 43,3 Bł: 34,1 Sól: 5,4						
Niskobiałkowa	Makaron z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 1905 kcal B: 38,4 T: 26,5 Kw. Tł: 6,4 W: 407,6 W tym cukry: 85,5 Bł: 34,3 Sól: 1						
Bezsolna	Filet drobi. gotowany w jarzynach (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2174,7 kcal B: 108,2 T: 71,1 Kw. Tł: 23,7 W: 307,6 W tym cukry: 43,9 Bł: 35,4 Sól: 4,3						
Papkowata, półtłuszczowa	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7), Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone miel. (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2921,8 kcal B: 127,9 T: 98,5 Kw. Tł: 34,6 W: 410,6 W tym cukry: 44,6 Bł: 34,6 Sól: 6,7						
Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (150 g), Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa z kaszy kukurydzy. (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2798,6 kcal B: 136,8 T: 93,8 Kw. Tł: 37 W: 384,6 W tym cukry: 46,9 Bł: 35,6 Sól: 6,1						

Położnice	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1) Kotlet mielony pieczony (100 g/ 1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ 7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/ 9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ 9)
E: 2912,5 kcal B: 121,7 T: 103,4 Kw. Tł: 36,5 W: 424,1 W tym cukry: 51,8 Bł: 53,1 Sól: 7,9						
Bezmięśne	Pasta sojowo- warzywna (1 szt/ 6,9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Sałata Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g)	Grycikowa z kaszy kukurydż. (450 ml/ 9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/ 1,3,6), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), fasolka szparagowa gotowana (150 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,4,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ 9)
E:2370,3 kcal B: 78,5 T: 86,6 Kw. Tł: 17,6 W: 365,8 W tym cukry: 43,6 Bł: 51,2 Sól: 7,1						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (150 g)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1) Kotlet mielony pieczony (100 g/ 1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafelek w czekoladzie (1 szt/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/ 9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
E:3099,8 kcal B:125,9 T:107,3 Kw. Tł:42,5 W:451,5 W tym cukry:60,2 Bł:47,3 Sól:8,1						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (150 g)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1) Udko z kurczaka pieczone (140 g), Ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ 7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wp. szynki (100 g/ 9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ 9)
E:2804 kcal B:132 T:101 Kw. Tł:34,4 W:390,4 W tym cukry:49,8 Bł:51,2 Sól:7,6						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn.e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

Sporządził: W. S./K.W./K.M.