

27.11.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt.)	Flaki wołowe gotowane (450 ml/1,9) Chleb pszenny (50 g/1), Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 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), Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2654,7 kcal B: 96,3 T: 101,6 Kw. Tł: 34,8 W: 376,6 W tym cukry: 33,6 Bł: 40,5 Sól: 6,5</b>						
Z ogr. tawno p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 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), Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2300, kcal B: 108,8 T: 67,3 Kw. Tł: 21,4 W: 356,5 W tym cukry: 22,8 Bł: 46,1 Sól: 7,2</b>						
Bogatoroztkowa	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Flaki wołowe gotowane (450 ml/1,9) Chleb pszenny (50 g/1), Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 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), Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>2762,7 kcal B: 104 T: 105,2 Kw. Tł: 37 W: 387,8 W tym cukry: 35,4 Bł: 40,5 Sól: 6,8</b>						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 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), Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2627,1 kcal B: 86,5 T: 93,6 Kw. Tł: 32 W: 398,8 W tym cukry: 34 Bł: 42,5 Sól: 5,8</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku	Jajko gotowane (2 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)

<b>E: 2680,9 kcal B: 130,5 T: 73,3 Kw. Tł: 30 W: 404,7 W tym cukry: 30,2 Bł: 34 Sól: 5</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), 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)
<b>E: 2085,7 kcal B: 98,7 T: 57,9 Kw. Tł: 21,3 W: 323,2 W tym cukry: 32,5 Bł: 34,4 Sól: 3,4</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Jajko gotowane (2 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2127,7 kcal B: 101,9 T: 57,7 Kw. Tł: 21,2 W: 327,4 W tym cukry: 30,1 Bł: 32,2 Sól: 4,4</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2038,3 kcal B: 96,5 T: 50 Kw. Tł: 19,1 W: 328,8 W tym cukry: 30,4 Bł: 32,2 Sól: 5,2</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Dżem owocowy (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (1 szt)+bułka parówka (30g)
<b>E: 2168 kcal B: 49,3 T: 53,3 Kw. Tł: 16,8 W: 414,2 W tym cukry: 61,5 Bł: 45,7 Sól: 3,5</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jajko gotowane (2 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2121,7 kcal B: 101,9 T: 57,7 Kw. Tł: 21,2 W: 327,4 W tym cukry: 30,1 Bł: 33,2 Sól: 4,4</b>						

<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2754,4 kcal B: 130,6 T: 81,6 Kw. Tf: 35,5 W: 404,8 W tym cukry: 30,2 Bf: 34 Sól: 5</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa (450 ml/9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), 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)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2757,9 kcal B: 136,7 T: 77,2 Kw. Tf: 32,2 W: 410,5 W tym cukry: 33,3 Bf: 35,7 Sól: 4,5</b>						
<b>Polożnice</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 3212,7 kcal B: 118 T: 109,8 Kw. Tf: 41,3 W: 478 W tym cukry: 48,8 Bf: 43,3 Sól: 6,7</b>						
<b>Bezmięśne</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 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) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2552,6 kcal B: 87,9 T: 76,6 Kw. Tf: 26,5 W: 425,4 W tym cukry: 34,9 Bf: 51,7 Sól: 5,5</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafelek w czekoladzie (1 szt/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3341,1 kcal B: 115,3 T: 118,7 Kw. Tf: 45,5 W: 490,5 W tym cukry: 46 Bf: 41,2 Sól: 4,9</b>						

<b>Dzieci</b>	Jajko gotowane (2 szt/ <b>3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Jarzynowa (450 ml/ <b>9</b> ) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), sos pieczarkowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> )	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )
<b>E: 3105,5 kcal B: 111,2 T: 106,2 Kw. Tł: 39,2 W: 466,8 W tym cukry: 47,1 Bł: 44,2 Sól: 6,4</b>						
<b>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.</b>						

28.11.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2306,1 kcal B: 101,1 T: 73,8 Kw. Tł: 30,5 W: 333,8 W tym cukry: 28,9 Bł: 38 Sól: 6,6</b>						
Z ogr. łatwo 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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 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, Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2352,6 kcal B: 114,3 T: 74,4 Kw. Tł: 24,1 W: 347,9 W tym cukry: 20,1 Bł: 45,1 Sól: 7</b>						
Bogatoreszkowa	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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2414,1 kcal B: 113,6 T: 79,4 Kw. Tł: 33,4 w: 346,1 W tym cukry: 30,8 Bł: 38 Sól: 7,5</b>						
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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 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, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2233,7 kcal B: 106,6 T: 66,5 Kw. Tł: 23,3 W: 338,4 W tym cukry: 30,1 Bł: 39,7 Sól: 6</b>						
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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), 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 (350 ml/1,7)

<b>E: 2717 kcal B: 131,1 T: 81,2 Kw. Tł: 33,8 W: 394,4 W tym cukry: 30,7 Bł: 33 Sól: 5,1</b>						
<b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), 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)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2125,4 kcal B: 86,6 T: 56,4 Kw. Tł: 19,5 W: 297,5 W tym cukry: 25,3 Bł: 32,1 Sól: 4</b>						
<b>Ubogenergetyczna</b>	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), 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 (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2041,4 kcal B: 99,4 T: 62,1 Kw. Tł: 23,1 W: 304 W tym cukry: 21,5 Bł: 36,1 Sól: 4,7</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Placki jarzynowe (350 g/ 1,3,9), 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)	Sok pomidorowy (1 szt./330 ml)
<b>E: 1861,3 kcal B: 43,6 T: 34,7 Kw. Tł: 10,2 W: 383,9 W tym cukry: 39,6 Bł: 44,6 Sól: 4,8</b>						
<b>Bezsolna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), 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)	Sok pomidorowy (1 szt./330 ml)
<b>E: 2054,9 kcal B: 96,9 T: 60,1 Kw. Tł: 22,3 W: 313,8 W tym cukry: 28,7 Bł: 35,5 Sól: 5,3</b>						

Papkowata, półtłyczna	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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony miel. (80 g/1,3), 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 (350 ml/1,7)
<b>E: 2720 kcal B: 132 T: 79,3 Kw. Tł: 33,3 W: 402,2 W tym cukry: 30,1 Bł: 36,3 Sól: 5,3</b>						
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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), 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 (350 ml/1,7)
<b>E: 2782 kcal B: 138 T: 82,8 Kw. Tł: 35,4 W: 404,3 W tym cukry: 35,1 Bł: 36,8 Sól: 5,3</b>						
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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Knedle ze śliwką (100 g/1,3)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3034,3 kcal B: 136,6 T: 92 Kw. Tł: 39,7 W: 453,1 W tym cukry: 49,4 Bł: 42,3 Sól: 8</b>						
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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt./330 ml)
<b>E: 2102,3 kcal B: 96,4 T: 65,7 Kw. Tł: 27,1 W: 319,9 W tym cukry: 30,8 Bł: 41,4 Sól: 7,2</b>						
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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (100 g/1), kalafior (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)	Knedle ze śliwką (100 g/1,3)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (350 ml/1,7)
<b>E: 3161,1 kcal B: 140,2 T: 91,1 Kw. Tł: 42,5 W: 485,9 W tym cukry: 50,5 Bł: 45,3 Sól: 7,9</b>						

Dzieci	Serek naturalny (150 g/ <b>7</b> ), grahamka (100 g/ <b>1,6</b> ) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Kiwi (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior (100 g), sałatka z kapusty czerwonej (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z papryką (1 szt/ <b>1,7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/ <b>1,6</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
--------	---	--------------	--	--	---	--

**E: 2928 kcal B: 142,3 T: 94,7 Kw. Tł: 36 W: 416,3 W tym cukry: 31,6 Bł: 43,2 Sól: 8,5**

**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.



29.11.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2395,4 kcal B: 87 T: 77 Kw. Tł: 27,8 W: 379,6 W tym cukry: 44,1 Bł: 44,9 Sól: 6</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udło gotowane w jarzynach (170 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (100 g <b>1,7</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2574,4 kcal B: 117,3 T: 96,1 Kw. Tł: 37,1 W: 357 W tym cukry: 34,2 Bł: 49,6 Sól: 8,3</b>						
Bogatoreztkowa	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (150g)	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2572,4 kcal B: 95,3 T: 81,2 Kw. Tł: 30 W: 409 W tym cukry: 50,6 Bł: 47,9 Sól: 6,3</b>						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2370,7 kcal B: 87,7 T: 68,3 Kw. Tł: 22,4 W: 394,3 W tym cukry: 44 Bł: 47,4 Sól: 5</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Udło gotowane w jarzynach (170 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2808,4 kcal B: 133,6 T: 80,4 Kw. Tł: 31,3 W: 419,5 W tym cukry: 32,7 Bł: 35,3 Sól: 6,4</b>						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2175,4 kcal B: 99,7 T: 61 Kw. Tł: 20,3 W: 342 W tym cukry: 31,5 Bł: 38,3 Sól: 5,4</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (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 (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2079,2 kcal B: 96,3 T: 61,4 Kw. Tł: 20,4 W: 323,2 W tym cukry: 24,2 Bł: 40,9 Sól: 4,6</b>						
Niskobiałkowa	Kasza z warzywami (350 g/1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pierogi z jabłkiem (350 g/8 szt/1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (1 szt.), bułka parówka (30 g/1)
<b>E: 2337 kcal B: 52,7 T: 59 Kw. Tł: 29,6 W: 440,4 W tym cukry: 52,7 Bł: 45,2 Sól: 2,2</b>						
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 (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2241,8 kcal B: 108,8 T: 62,8 Kw. Tł: 22,1 W: 345,3 W tym cukry: 31,2 Bł: 38,3 Sól: 4,1</b>						
Papkowata, półtłyczna	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Krupnik ryżowy (450 ml/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 jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E:2984,5 kcal B: 129 T: 89,1 Kw. Tł: 31,3 W: 448 W tym cukry: 34,8 Bł: 37 Sól: 6,3</b>						

Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Udko gotowane w jarzynach (170 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2861,2 kcal B: 137,8 T: 84,4 Kw. Tł: 33,5 W: 422 W tym cukry: 37,1 Bł: 38 Sól: 5,9</b>						
Pożoźnice	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszzonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Rogal maślany (1 szt/ <b>1</b> )	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 3162,7 kcal B: 120,9 T: 96,4 Kw. Tł: 37,1 W: 496,2 W tym cukry: 54,4 Bł: 47,8 Sól: 7,7</b>						
Beźmięśne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek zielony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszzonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/ <b>9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2569,3 kcal B: 88,8 T: 67,1 Kw. Tł: 18,3 W: 450,1 W tym cukry: 47,5 Bł: 55,1 Sól: 4,7</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt.)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Rogal maślany (1 szt/ <b>1</b> )	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 3274,7 kcal B: 127,5 T: 97,5 Kw. Tł: 40,6 W: 508,6 W tym cukry: 48,3 Bł: 41,3 Sól: 7,2</b>						
Dzieci	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek ziel. (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Surówka z kiszzonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1szt/ <b>1,7</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2973 kcal B: 113,5 T: 83,9 Kw. Tł: 30 W: 483,8 W tym cukry: 45,9 Bł: 50,2 Sól: 7,2</b>						
<b>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.</b>						

30.11.2023

	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, pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty czerwonej (100 g/9)/bukiet warzyw gotowany (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2272,7 kcal B: 102,3 T: 67,6 Kw. Tł: 25,4 W: 347,3 w tym cukry: 25,1 Bł: 37,2 Sól: 7,3</b>						
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, pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Gruszka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty białej (100 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)	Jajko gotowane (1 szt./3), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2059,8 kcal B: 99 T: 56,6 Kw. Tł: 19,5 W: 327,7 w tym cukry: 21,4 Bł: 42,8 Sól: 8,3</b>						
Bogatoresztkowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), bukiet warzyw gotowany (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2380,7 kcal B: 110 T: 71,2 Kw. Tł: 27,5 W: 358,5 W tym cukry: 27 Bł: 37,2 Sól: 7,5</b>						
Lekkostrawna	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2043,3 kcal B: 103 T: 55,6 Kw. Tł: 21,8 W: 312,7 W tym cukry: 24,7 Bł: 33,7 Sól: 6,9</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2515,7 kcal B: 129,8 T: 63,1 Kw. Tł: 29,3 W: 384,1 W tym cukry: 24,9 Bł: 30,9 Sól: 5,5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)/ <u>dieta niskotłuszczowa</u> : szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>Ubogoresztkowa: E: 1999,6 kcal B: 106,4 T: 50,9 Kw. Tł: 21,6 W: 302,3 W tym cukry: 20 Bł: 27 Sól: 5,1</b>						
<b>Z ograniczeniem tłuszczu E: 1982,8 kcal B: 108,5 T: 20,8 W: 302,3 W tym cukry: 20,3 Bł: 27 Sól: 6,3</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 1968,6 kcal B: 104,9 T: 51,2 Kw. Tł: 21,6 W: 296,9 W tym cukry: 21,3 Bł: 28,7 Sól: 4,3</b>						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Herbata z cukrem (250 ml), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), herbata z cukrem	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), szpinak gotowany (170 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)	Kisiel Słodka Chwila (1 szt./1)
<b>E: 1962,5 kcal B: 41,3 T: 30,6 Kw. Tł: 9,1 W: 413,1 W tym cukry: 69,5 Bł: 37,4 Sól: 3,4</b>						

<b>Bezsolna</b>	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2045,3 kcal B: 114,9 T: 49,6 Kw. Tł: 21,1 W: 312,4 W tym cukry: 20 Bł: 31,7 Sól: 4,2</b>						
<b>Papkowata, półtłuszczowa</b>	Pasztet drob. (50 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku(250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Gruszka (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2577,7 kcal B: 121,9 T: 71,1 Kw. Tł: 0,7 W: 393,4 W tym cukry: 24,1 Bł: 34,3 Sól: 5,1</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Gruszka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2592,7 kcal B: 136 T: 67 Kw. Tł: 31,5 W: 389,9 W tym cukry: 28 Bł: 32,6 Sól: 5</b>						
<b>Położnice</b>	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa (450 ml/ 1,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), bukiet warzyw gotowany (100 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 Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2921,6 kcal B: 130,5 T: 86,1 Kw. Tł: 33,2 W: 438,5 W tym cukry: 57,6 Bł: 36,4 Sól: 8,3</b>						

<b>Bezmięsne</b>	Pasztet sojowy (50 g/ <b>1,6</b> ), Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Gruszka (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Placki jarzynowe pieczone (350 g/ <b>1,3,9</b> ), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2321,5 kcal B: 83,9 T: 75,4 Kw. Tf: 21,5 W: 359,1 W tym cukry: 26,9 Bf: 40,5 Sól: 7,3</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Szynka z indyka (60 g/ <b>6</b> ), Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (100 g/ <b>1</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> )	Serek naturalny (150 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 3093,4 kcal B: 131,9 T: 93,6 Kw. Tf: 40,3 W: 466,5 W tym cukry: 59,1 Bf: 39,4 Sól: 6,4</b>						
<b>Dzieci</b>	Szynka z indyka (60 g/ <b>6</b> ), Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (100 g), sałata Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Gruszka (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/ <b>7</b> )	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2631,7 kcal B: 125,9 T: 69,5 Kw. Tf: 28,5 W: 409,1 W tym cukry: 36,7 Bf: 37,9 Sól: 7,4</b>						
<b>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.</b>						

01.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2588,8 kcal B: 100,7 T: 76,5 Kw. Tł: 23,7 W: 401,3 W tym cukry: 57,1 Bł: 33,6 Sól: 5,6</b>						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7) chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (10 g) <i>(dodatek insulinowy)</i>
<b>E: 2413,8 kcal B: 108 T: 76,4 Kw. Tł: 21,6 W: 364,7 W tym cukry: 39,3 Bł: 44,5 Sól: 7</b>						
Bogatoreszkowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2690,8 kcal B: 108,4 T: 80,1 Kw. Tł: 25,9 W: 412,5 W tym cukry: 58,9 Bł: 33,6 Sól: 5,8</b>						
Lekkostrawna	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2588,8 kcal B: 100,7 T: 76,5 Kw. Tł: 23,7 W: 401,3 W tym cukry: 57,1 Bł: 33,6 Sól: 5,6</b>						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2801,3 kcal B: 108,3 T: 75,9 Kw. Tł: 27,2 W: 449,8 W tym cukry: 54,1 Bł: 33,7 Sól: 4,9</b>						



Ubogoenergetyczna	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały(50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2537,2 kcal B: 99,7 T: 69,1 Kw. Tł: 23,2 W: 409,5 W tym cukry: 44,6 Bł: 35,8 Sól: 3,6</b>						
Ubogoresztkowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2123,2 kcal B: 95,3 T: 53 Kw. Tł: 16,2 W: 345,5 W tym cukry: 34,4 Bł: 32,7 Sól: 3,8</b>						
Z ogr. tłuszczu	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2473,8 kcal B: 107,9 T: 52,3 Kw. Tł: 21,7 W: 423,7 W tym cukry: 52,9 Bł: 34,1 Sól: 4</b>						
Niskobiałkowa	Miód (50 g) , bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok jabłkowy (200 ml/1 szt.)
<b>E: 2206,7 kcal B: 42 T: 42,5 Kw. Tł: 12,5 W: 449,2 W tym cukry: 54,6 Bł: 39,7 Sól: 3,5</b>						
Bezsolna	Miód (25 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2537,2 kcal B: 99,7 T: 69,1 Kw. Tł: 23,2 W: 409,5 W tym cukry: 44,6 Bł: 35,8 Sól: 3,6</b>						

Papkováta, póiplynná	Dżem owocowy (25 g) , Bułka paróvka (120 g/1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka paróvka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2767,3 kcal B: 111,1 T: 70,1 Kw. Tł: 26 W: 457,6 W tym cukry: 54,4 Bł: 38,4 Sól: 5,6</b>						
Bogatobiałkova	Polędvica sopocka (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2883,7 kcal B: 126,6 T: 80,1 Kw. Tł: 30,5 W: 446 W tym cukry: 49,8 Bł: 36,1 Sól: 6,2</b>						
Póložnice	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynova ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Suróvka z marchwi i jabłka (100 g/9), suróvka z kiszzonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2831,8 kcal B: 113 T: 82,5 Kw. Tł: 26,3 W: 437,7 W tym cukry: 60,7 Bł: 35,1 Sól: 6,2</b>						
Bezmięśne	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Jarzynova ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Suróvka z marchwi i jabłka (100 g/9), suróvka z kiszzonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2582,8 kcal B: 100,7 T: 76,5 Kw. Tł: 23,7 W: 401,3 W tym cukry: 57,1 Bł: 33,6 Sól: 5,6</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Jarzynova ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2846,7 kcal B: 110,5 T: 81,1 Kw. Tł: 28,5 W: 446,2 W tym cukry: 56,2 Bł: 33,9 Sól: 4,3</b>						
Dzieci	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuścuzu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt.)	Jarzynova ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Suróvka z marchwi i jabłka (100 g/9), suróvka z kiszzonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/1,3,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Ser biały (50 g/7), chleb pszenny (30 g/1)

E: 2888,5 kcal B: 114 T: 85,2 Kw. Tł: 26 W: 445,2 W tym cukry: 67,3 Bł: 34,6 Sól: 5,7

**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.gorzycza i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.

\

02.12.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Karczek pieczony (65g) w sosie (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Polędwica sopocka (30 g/ <b>1,6</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2316 kcal B: 95 T: 77,8 Kw. Tł: 33,3 W: 347,5 W tym cukry: 32,8 Bł: 41,7 Sól: 7,7</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2282,2 kcal B: 121,2 T: 60,9 Kw. Tł: 18,5 W:355,5 W tym cukry: 29,2 Bł: 47,6 Sól: 6,5</b>						
Bogatoresztkowa	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Karczek pieczony (65 g) w sosie (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Polędwica sopocka (30 g/ <b>1,6</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2424 kcal B: 102,7 T: 81,4 Kw. Tł: 35,4 W: 358,7 W tym cukry: 34,6 Bł: 41,7 Sól: 8</b>						
Lekkostrawna	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Karczek pieczony (65 g) w sosie (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Polędwica sopocka (30 g/ <b>1,6</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2316 kcal B: 95 T: 77,8 Kw. Tł: 33,3 W: 347,5 W tym cukry: 32,8 Bł: 41,7 Sól: 7,7</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Makaron na ml (450 ml/ <b>1,7</b> )

<b>E: 2757,8 kcal B: 146,5 T:71,4 Kw. Tł: 29 W: 412,1 W tym cukry: 26,8 Bł: 34 Sól: 6,3</b>						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6) Chleb pszenney (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Polędwica sopočka (30 g/1,6), chleb pszenney (30 g/1)
<b>E: 2152,6 kcal B: 112,8 T: 57,2 Kw. Tł: 19,9 W: 328,5 W tym cukry: 27,7 Bł: 35,9 Sól: 5,2</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Polędwica sopočka (30 g/1,6), chleb pszenney (30 g/1)
<b>E:2188,6 kcal B: 116 T: 57 Kw. Tł: 19,9 W: 332,7 W tym cukry: 25,3 Bł: 33,7 Sól: 6,2</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Dżem (25 g), chleb pszenney (30 g/1)
<b>E: 2082,4 kcal B: 52,6 T: 37,7 Kw. Tł: 11,9 W: 434,3 W tym cukry: 56,3 Bł: 55,8 Sól: 4</b>						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Dżem (25 g), chleb pszenney (30 g/1)
<b>E: 2207,8 kcal B: 121,4 T: 53 Kw. Tł: 21,7 W: 343,1 W tym cukry: 34,4 Bł: 35,7 Sól: 4,4</b>						
Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), udko z kurczaka miel. pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paszтет drobiowy (50 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na ml (450 ml/1,7)
<b>E: 2813,6 kcal B: 140,3 T: 80,1 Kw. Tł: 30,4 W: 413,6 W tym cukry: 26,6 Bł: 34,1 Sól: 5,6</b>						

<b>Bogatobiałkow a</b>	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na ml (450 ml/1,7)
----------------------------	---	---	---	--	--	----------------------------

**E: 2886 kcal B: 152,5 T: 77 Kw. Tł: 31,9 W: 426,3 W tym cukry: 29,7 Bł: 34,5 Sól: 6,2**

<b>Położnice</b>	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (65 g) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Łopatka pieczona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
------------------	--	---	--	-------------------------	--	--

**E: 2800,8 kcal B: 123,2 T: 91,1 Kw. Tł: 40,9 W: 412,3 W tym cukry: 36,2 Bł: 43,8 Sól: 9,4**

<b>Beźmięsne</b>	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9), Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	(1 szt.)	Pasta z grochu (100 g/6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
------------------	---	-----------------	--	----------	--	-------------------------------------

**E: 2360 kcal B: 90,9 T: 59,4 Kw. Tł: 26,3 W: 420,4 W tym cukry: 43,8 Bł: 59,3 Sól: 5,8**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (65 g) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), jarzynka gotowana (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Łopatka pieczona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na ml (450 ml/1,7)
--------------------------------------	--	--------------------------	--	-------------------------	--	----------------------------

**E: 2895,1 kcal B: 132,5 T: 86,5 Kw. Tł: 37,6 W: 437 W tym cukry: 30,3 Bł: 44,1 Sól: 7**

<b>Dzieci</b>	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (65 g) w sosie (100 ml/1,7,9), ziemniaki gotowane (200 g), kalafior gotowany (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok Kubuś (330 ml)	Łopatka pieczona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
---------------	--	-----------------	--	--------------------	--	--

**E: 2445 kcal B: 96,2 T: 78,1 Kw. Tł: 33,3 W: 381,4 W tym cukry: 59,8 Bł: 45,6 Sól: 7,9**

**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.**

03.12.2023

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Baleron wędzony (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulką (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 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)
<b>E: 2353,9 kcal B: 89,6 T: 92 Kw Tf: 35,7 W: 332,9 W tym cukry: 47 Bf: 44,2 Sól: 6</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9), , 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), Sałata, pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,7), chleb razowy (90g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insuliny)
<b>E: 2235,5 kcal B: 97,8 T: 68,8 Kw. Tf: 21,3 W: 345,3 W tym cukry: 33 Bf: 43,2 Sól: 9</b>						
Bogatoresztkowa	Baleron wędzony (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulką (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9), , kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 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)
<b>E: 2461,9 kcal B: 97,3 T: 95,6 Kw. Tf: 37,9 W: 344,1 W tym cukry: 48,8 Bf: 44,2 Sól: 6,3</b>						
Lekkostrawna	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 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), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2122 kcal B: 87,5 T: 64,2 Kw. Tf: 21,3 W: 339,2 W tym cukry: 46,8 Bf: 44,7 Sól: 7,5</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), 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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2605 kcal B: 114,3 T: 69,6 Kw. Tł: 28,1 W: 409,3 W tym cukry: 44,5 Bł: 33 Sól: 6</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), 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)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 1946 kcal B: 80,8 T: 55,7 Kw. Tł: 19,6 W: 313 W tym cukry: 45,1 Bł: 36,4 Sól: 4,5</b>						
Ubogoreszkowa, ubogoenerget., z ogr. tłuszczu	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2001,2 kcal B: 84,3 T: 55,3 Kw. Tł: 19,5 W: 321,8 W tym cukry: 42,4 Bł: 33,8 Sól: 5,3</b>						
Niskobiałkowa	Makaron z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 1794,2 kcal B: 40,1 T: 32,7 Kw. Tł: 7,2 W: 370 W tym cukry: 64,3 Bł: 39,3 Sól: 2,5</b>						
Bezsolna	Filet drob. 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 (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), 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)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)



<b>E: 2032,3 kcal B: 94,6 T: 53,8 Kw. Tł: 18,7 W: 324,1 W tym cukry: 43 Bł: 35,1 Sól: 4,2</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Serek waniliowy (150 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), 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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2758,9 kcal B: 116,7 T: 77,3 Kw. Tł: 33,8 W: 428,4 W tym cukry: 60,7 Bł: 33 Sól: 4,8</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt.) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), 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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2657,8 kcal B: 118,5 T: 73,6 Kw. Tł: 30,3 W: 411,7 W tym cukry: 48,9 Bł: 35,7 Sól: 5,5</b>						
<b>Położnice</b>	Baleron wędzony (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt.)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Stek wieprzowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	Ser żółty (70 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)
<b>E: 3015,7 kcal B: 127,7 T: 116 Kw. Tł: 50,2 W: 407,1 W tym cukry: 66,3 Bł: 45,2 Sól: 7</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Serek waniliowy (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt.)	Ryżanka (450 ml/9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 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)
<b>E: 2228,9 kcal B: 76,3 T: 69,8 Kw. Tł: 30,3 W: 359,8 W tym cukry: 62 Bł: 39,1 Sól: 8</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Baleron wędzony (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt.)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Stek wieprzowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	Ser żółty (70 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)

E: 3096 kcal B: 128,4 T: 111,3 Kw. Tł: 50,2 W: 431,4 W tym cukry: 64,9 Bł: 40 Sól: 6,9

Dzieci	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt.)	Kapuśniak mazurski (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), sałatka z ogórka (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z wiśniami (1 szt/1,3,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3) 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: 2529 kcal B: 96,6 T: 71,3 Kw. Tł: 22,1 W: 417,9 W tym cukry: 57,3 Bł: 47,6 Sól: 7,5

**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.

Sporządził: W. S./K.W./K.M.