

18.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym gotowane (350 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2688,8 kcal B: 99,5 T: 93,6 Kw. Tł: 33,7 W: 405,1 W tym cukry: 51,7 Bł: 46,2 Sól: 6,7						
Z ogr. łatwo 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 (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron razowy z duszonym filetem drobiowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), surówka z marchwi i chrzanu (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), Ćwikła (120 g/12) Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
E: 2558,1 kcal B: 104,1 T: 77,8 Kw. Tł: 23 W: 408,5 W tym cukry: 41,7 Bł: 52,4 Sól: 6,1						
Bogatoresztkowa	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym gotowane (350 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2796,8 kcal B: 107,2 T: 97,2 Kw. Tł: 35,9 W: 416,3 W tym cukry: 53,5 Bł: 46,2 Sól: 6,9						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2802,7 kcal B: 100,9 T: 92 Kw. Tł: 33,6 W: 438,3 W tym cukry: 58,8 Bł: 48,8 Sól: 5,4						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Jajko gotowane (1 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9) jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2741,4 kcal B: 114,1 T: 77,3 Kw. Tł: 29,6 W: 430 W tym cukry: 39,6 Bł: 35,8 Sól: 4,8						

Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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) Herbata (250 ml)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2361,4 kcal B: 96 T: 66,9 Kw. Tł: 24 W: 380 W tym cukry: 31,4 Bł: 39,3 Sól: 3,2						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2438,4 kcal B: 99,2 T: 66,7 Kw. Tł: 24 W: 394,2 W tym cukry: 39 Bł: 37,1 Sól: 4,3						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2491,8 kcal B: 100,1 T: 63,4 Kw. Tł: 23,1 W: 395,8 W tym cukry: 39,3 Bł: 37,1 Sól: 5,7						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Łazanki z kapustą gotowane (350 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 1819,2 kcal B: 39,5 T: 28,3 Kw. Tł: 7,9 W: 386,3 W tym cukry: 73,8 Bł: 39,2 Sól: 4,2						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2438,4 kcal B: 99,2 T: 66,7 Kw. Tł: 24 W: 394,2 W tym cukry: 39 Bł: 37,1 Sól: 4,3						

Papkowata, półpłynna	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2898,3 kcal B: 121,6 T: 91,4 Kw. Tł: 36,9 W: 430,4 W tym cukry: 39,6 Bł: 35,8 Sól: 5						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2813,4 kcal B: 118,6 T: 81,1 Kw. Tł: 31,8 W: 437 W tym cukry: 43,8 Bł: 38 Sól: 4						
Pożoźnice	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym gotowane (350 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Pasztet domowy pieczony (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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2888,1 kcal B: 105,4 T: 96,9 Kw. Tł: 35,6 W: 436,8 W tym cukry: 53,9 Bł: 42,5 Sól: 7,3						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Łazanki z kapustą gotowane (350 g/1), 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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 2221,6 kcal B: 82,8 T: 40 Kw. Tł: 15,5 W: 428,5 W tym cukry: 51,2 Bł: 51 Sól: 5,5						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym gotowane (350 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Pasztet domowy pieczony (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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 3065,1 kcal B: 110,8 T: 103,7 Kw. Tł: 39 W: 458 W tym cukry: 52,6 Bł: 39,9 Sól: 5,9						

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) Ryż na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/ 1,9), jarzynka gotowana (100 g/ 9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z pomidorem (1szt/ 1,6,7)	Paszтет domowy pieczony (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)	Brokuł gotowany (120 g)
E: 3170,7 kcal B: 118,8 T: 110,5 Kw. Tł: 40,8 W: 474,2 W tym cukry: 59,4 Bł: 52,1 Sól: 7,4						
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.						

19.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (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, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2298,1 kcal B: 102,2 T: 76,4 Kw. Tł: 31,6 W: 337,6 W tym cukry: 32,5 Bł: 34,4 Sól: 7,4						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (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) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
E: 2430,5 kcal B: 118,3 T: 81,2 Kw. Tł: 27,9 W: 349,8 W tym cukry: 22,2 Bł: 40,6 Sól: 5,6						
Bogatoręsztkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (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, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2406,1 kcal B: 109,9 T: 80 Kw. Tł: 33,7 W: 348,8 W tym cukry: 34,3 Bł: 34,4 Sól: 7,6						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2251,2 kcal B: 101,6 T: 71,4 Kw. Tł: 25,3 W: 337,5 W tym cukry: 32,5 Bł: 34,4 Sól: 5,9						
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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2702,1 kcal B: 124,4 T: 83,1 Kw. Tł: 33,8 W: 393,9 W tym cukry: 32,6 Bł: 33,5 Sól: 4,8						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2150,7 kcal B: 99,1 T: 68,4 Kw. Tł: 25,3 W: 311,7 W tym cukry: 27,8 Bł: 30,6 Sól: 4,6						
Ubogoenergetyczna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Klops gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2145,7 kcal B: 97,4 T: 68,3 Kw. Tł: 25,3 W: 312,9 W tym cukry: 28,9 Bł: 31,1 Sól: 4,4						
Niskobiałkowa	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) Makaron z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7) herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2089,6 kcal B: 46,7 T: 29,7 Kw. Tł: 10,5 W: 447,4 W tym cukry: 62,3 Bł: 44,1 Sól: 2,6						
Bezsolna	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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2192,3 kcal B: 94,7 T: 64,5 Kw. Tł: 24 W: 338,6 W tym cukry: 27,8 Bł: 34 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)	Owsianka (450 ml/1,9) Klops gotowany miel. w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 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 kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2705,1 kcal B: 125,1 T: 81,2 Kw. Tł: 33,3 W: 401,7 W tym cukry: 32 Bł: 36,8 Sól: 5						

Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 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 kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2805,1 kcal B: 130,4 T: 86,6 Kw. Tł: 36 W: 406,3 W tym cukry: 35,5 Bł: 34 Sól: 4,9						
Położnice	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 3023,3 kcal B: 134,3 T: 91,8 Kw. Tł: 40,1 W: 454,1 W tym cukry: 69,2 Bł: 37,2 Sól: 8,3						
Beźmięsne	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 pieczony (100 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (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, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2294,7 kcal B: 93,7 T: 70,1 Kw. Tł: 27,9 W: 362 W tym cukry: 33,7 Bł: 37,5 Sól: 6,7						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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 gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 3061 kcal B: 131,1 T: 88,1 Kw. Tł: 41,2 W: 475,7 W tym cukry: 68,4 Bł: 38,2 Sól: 7,9						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (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)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (80 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z wiśniami (1 szt/ 1,3,7)	Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2991,5 kcal B: 129,1 T: 88,3 Kw. Tł: 31,6 W: 459,7 W tym cukry: 43,9 Bł: 38,2 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.						

20.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2581,2 kcal B: 108 T: 74,3 Kw. Tł: 20,1 W: 415,8 W tym cukry: 40,8 Bł: 50,7 Sól: 6,4						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (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: 2507,5 kcal B: 111,1 T: 88,5 Kw. Tł: 27,3 W: 359,2 W tym cukry: 26,1 Bł: 45,7 Sól: 8						
Bogatoresztkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2689,2 kcal B: 115,7 T: 77,9 Kw. Tł: 22,2 W: 427 W tym cukry: 42,6 Bł: 50,7 Sól: 6,7						
Lekkostrawna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2529,3 kcal B: 99,8 T: 71,2 Kw. Tł: 19,2 W: 413,1 W tym cukry: 40,2 Bł: 45,5 Sól: 6,4						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) 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)
E: 2832,6 kcal B: 130,8 T: 87,7 Kw. Tł: 33,1 W: 414,8 W tym cukry: 33,7 Bł: 37,9 Sól: 6,4						

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 pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny 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: 2226,2 kcal B: 101,1 T: 73,2 Kw. Tł: 24,4 W: 324,9 W tym cukry: 31,4 Bł: 36,7 Sól: 5,3						
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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny 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: 2171 kcal B: 97,6 T: 73,6 Kw. Tł: 24,5 W: 316,2 W tym cukry: 34 Bł: 39,4 Sól: 4,5						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi z wiśniami (350 g/8 szt/1,3,7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sos grecki (200 ml/1,9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2272,3 kcal B: 43,1 T: 69,2 Kw. Tł: 34,6 W: 404,6 W tym cukry: 69,9 Bł: 38 Sól: 3,4						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), 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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny 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: 2243 kcal B: 99 T: 76,2 Kw. Tł: 25,2 W: 324,9 W tym cukry: 31,1 Bł: 36,7 Sól: 4,2						
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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udko pieczone miel. (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) 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)
E: 3008,6 kcal B: 126,2 T: 96,3 Kw. Tł: 32,9 W: 443,2 W tym cukry: 35,8 Bł: 39,6 Sól: 6,3						

Bogatobiałkowa	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2885,4 kcal B: 135,1 T: 91,7 Kw. Tł: 35,3 W: 417,2 W tym cukry: 38,1 Bł: 40,6 Sól: 5,9						
Położnice	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1)	Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 3131,7 kcal B: 124,7 T: 88,7 Kw. Tł: 26,9 W: 501,5 W tym cukry: 47,9 Bł: 48,8 Sól: 8						
Beźmięśne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2705,3 kcal B: 95,5 T: 79,9 Kw. Tł: 19 W: 441,6 W tym cukry: 42,3 Bł: 47,2 Sól: 6,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1)	Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 3230,2 kcal B: 133,9 T: 89,8 Kw. Tł: 29,5 W: 509,4 W tym cukry: 39,1 Bł: 43,9 Sól: 6,7						
Dzieci	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt/1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/1,3,4) w sosie greckim (120 ml/1,9) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
E: 2947,8 kcal B: 113,7 T: 78,6 Kw. Tł: 23,1 W: 489,6 W tym cukry: 48,1 Bł: 48,4 Sól: 6,8						
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.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.						

21.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,6,7), Bułka pszenna (100 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kalafior 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)
E: 2575,8 kcal B: 108,7 T: 81,8 Kw. Tł: 31,1 W: 384,7 W tym cukry: 38,2 Bł: 37,1 Sól: 5,9						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grycikowa (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kalafior 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 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)
E: 2001,5 kcal B: 100,7 T: 46,7 Kw. Tł: 17,4 W: 333,3 W tym cukry: 28 Bł: 43,7 Sól: 7,4						
Bogatoresztkowa	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,6,7), Bułka pszenna (100 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kalafior 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)
E: 2683,8 kcal B: 116,4 T: 85,4 Kw. Tł: 33,2 W: 395,9 W tym cukry: 40 Bł: 37,1 Sól: 6,1						
Lekkostrawna	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,6,7), Bułka pszenna (100 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kalafior 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)
E: 2419,4 kcal B: 111,1 T: 66 Kw. Tł: 26,4 W: 379 W tym cukry: 39 Bł: 37,8 Sól: 5,8						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Bułka pszenna (100 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2513,8 kcal B: 125,2 T: 59,9 Kw. Tł: 28,3 W: 391,5 W tym cukry: 43 Bł: 27,7 Sól: 6						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/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> : serek waniliowy (150 g/7)
Ubogoresztkowa- E: 2296,5 kcal B: 115 T: 56,5 Kw. Tł: 24,7 W: 355,5 W tym cukry: 42,3 Bł: 28,1 Sól: 6 Z ogr. tłuszczu- E: 2359,6 kcal B: 117,9 T: 60,8 Kw. Tł: 29,6 W: 357,5 W tym cukry: 58,4 Bł: 26,6 Sól: 5,7						
Ubogoenergetyczna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2265,5 kcal B: 113,5 T: 56,8 Kw. Tł: 24,8 W: 350 W tym cukry: 43,6 Bł: 29,8 Sól: 5,2						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Placki ziemniaczane tarte smażone (350g/1,3), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron z truskawkami (350 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1834,7 kcal B: 43 T: 28,8 Kw. Tł: 9,8 W: 380,5 W tym cukry: 59,4 Bł: 33,8 Sól: 3						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/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)
E: 2341,4 kcal B: 125,9 T: 55,2 Kw. Tł: 24,2 W: 363,7 W tym cukry: 42,2 Bł: 32,7 Sól: 4,7						
Papkowata, półpłynna	Pasztet drobiowy (50 g/1,6,7), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczona (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2575 kcal B: 119,6 T: 67,9 Kw. Tł: 29,7 W: 398,8 W tym cukry: 42,1 Bł: 31,1 Sól: 5,2						

Bogatobiałkowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2590,8 kcal B: 131,4 T: 63,8 Kw. Tł: 30,5 W: 397,3 W tym cukry: 46,1 Bł: 29,4 Sól: 5,5						
Polożnice	Pasztet drobiowy (50 g/1,6,7), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7))	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kalafior gotowany (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50g/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)
E: 2902,3 kcal B: 120,5 T: 90,9 Kw. Tł: 33,9 W: 434,3 W tym cukry: 56,5 Bł: 37,7 Sól: 6,5						
Bezmięsne	Pasztet sojowy (1 szt/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,7,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kalafior 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)
E: 2542,4 kcal B: 97,9 T: 72,1 Kw. Tł: 22,2 W: 405,9 W tym cukry: 39,5 Bł: 39,1 Sól: 6,5						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Pasztet drobiowy (50 g/1,6,7), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane(100 g/1), kalafior gotowany (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50g/1,7)	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 3161,5 kcal B: 125,4 T: 105 Kw. Tł: 43,3 W: 461,6 W tym cukry: 60,7 Bł: 36,3 Sól: 4,8						
Dzieci	Pasztet drobiowy (50 g/1,6,7), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), kalafior gotowany (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	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)
E: 2688,4 kcal B: 118,4 T: 71,8 Kw. Tł: 28,5 W: 425 W tym cukry: 39,9 Bł: 39,6 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.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.tubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

22.12.2023						
	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)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (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 Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2560,4 kcal B: 93,3 T: 80,9 Kw. Tł: 23,3 W: 395,8 W tym cukry: 45,7 Bł: 35,9 Sól: 5,5						
z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (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 Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (100 g/1,7) chleb razowy (90 g/1,6), pomidor (50 g) <i>(dodatek insulinowy)</i>
E: 2677 kcal B: 97,1 T: 100,9 Kw. Tł: 32,2 W: 388,3 W tym cukry: 28,9 Bł: 48,1 Sól: 10,3						
Bogatoresztkowa	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)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (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 Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2668,4 kcal B: 101,3 T: 84,5 Kw. Tł: 25,5 W: 407 W tym cukry: 47,5 Bł: 35,9 Sól: 5,8						
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)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (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 Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2560,4 kcal B: 93,3 T: 80,9 Kw. Tł: 23,3 W: 395,8 W tym cukry: 45,7 Bł: 35,9 Sól: 5,5						
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)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2706,4 kcal B: 107,2 T: 76 Kw. Tł: 27,1 W: 425,6 W tym cukry: 41,1 Bł: 31,9 Sól: 4,7						

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)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2385 kcal B: 89,9 T: 66,8 Kw. Tł: 21,7 W: 385,2 W tym cukry: 42,2 Bł: 33,9 Sól: 4,4						
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)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2416 kcal B: 91,4 T: 66,5 Kw. Tł: 21,6 W: 390,6 W tym cukry: 40,9 Bł: 32,2 Sól: 5,2						
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)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek waniliowy (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2326,9 kcal B: 88,2 T: 49,5 Kw. Tł: 23,6 W: 408,9 W tym cukry: 57 Bł: 32,2 Sól: 4,7						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), herbata z cukrem (250 ml)	Sok jabłkowy (200 ml/1 szt.)
E: 2348,4 kcal B: 37,4 T: 45,7 Kw. Tł: 15,5 W: 478,1 W tym cukry: 65,6 Bł: 36,1 Sól: 1,9						
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)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2384 kcal B: 94,1 T: 60,7 Kw. Tł: 20,4 W: 398,4 W tym cukry: 23,1 Bł: 36,2 Sól: 5,8						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (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)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2672,4 kcal B: 110 T: 70,2 Kw. Tł: 25,8 W: 433,4 W tym cukry: 41,5 Bł: 36,6 Sól: 5,4						

Bogatobiałkowa	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (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), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2951,1 kcal B: 120,3 T: 87,5 Kw. Tł: 29,4 W: 450,3 W tym cukry: 38,9 Bł: 36 Sól: 5,8						
Położnice	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)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Sałata Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2851,9 kcal B: 103 T: 89,3 Kw. Tł: 28,4 W: 440,2 W tym cukry: 67,5 Bł: 36,5 Sól: 6						
Beźmięśne	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)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (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 Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2560,4 kcal B: 93,3 T: 80,9 Kw. Tł: 23,3 W: 395,8 W tym cukry: 45,7 Bł: 35,9 Sól: 5,5						
D. ubogobakteryjne podstawowe	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)	Jabłko pieczone (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2935,4 kcal B: 109,7 T: 87,5 Kw. Tł: 31,5 W: 455,9 W tym cukry: 62,2 Bł: 33,8 Sól: 3,9						
Dzieci	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)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kiszonej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Sałata Papryka (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2814,4 kcal B: 124,1 T: 81,3 Kw. Tł: 23,3 W: 427,8 W tym cukry: 73,7 Bł: 37,1 Sól: 5,6						
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.						

23.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	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) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń sł. chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2667,3 kcal B: 108,8 T: 91,6 Kw. Tł: 36 W: 392,1 W tym cukry: 62,8 Bł: 42,5 Sól: 6,3						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (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 (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 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, Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,6), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
E: 2657,8 kcal B: 108,4 T: 90,8 Kw. Tł: 26,6 W: 397,9 W tym cukry: 42,4 Bł: 49,5 Sól: 6,7						
Bogatoresztkowa	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) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń sł. chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2775,3 kcal B: 116,5 T: 95,2 Kw. Tł: 38,1 W: 403,3 W tym cukry: 64,6 Bł: 42,5 Sól: 6,5						
Lekkostrawna	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) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń sł. chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2667,3 kcal B: 108,8 T: 91,6 Kw. Tł: 36 W: 392,1 W tym cukry: 62,8 Bł: 42,5 Sól: 6,3						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Szynka konserwowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) 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 drobiowe gotowane (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), marchewka gotowana (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)	Płatki owsiane na ml (450 ml/1,7)
E: 2913,2 kcal B: 134,7 T: 88,2 Kw. Tł: 33,8 W: 431,1 W tym cukry: 33,5 Bł: 39,2 Sól: 6,7						
Ubogenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe gotowane (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Budyń sł. chwila (1 szt/1,7)
E: 2372,3 kcal B: 98,4 T: 70,4 Kw. Tł: 25,1 W: 371,5 W tym cukry: 54,4 Bł: 38,7 Sól: 4,9						
Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe gotowane (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), marchewka gotowana (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)	Budyń sł. chwila (1 szt/1,7)
E: 2408,3 kcal B: 101,6 T: 70,2 Kw. Tł: 25 W: 375,7 W tym cukry: 52 Bł: 36,5 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 (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Kasza z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), 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)	Dżem (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2035,1 kcal B: 46,9 T: 36,2 Kw. Tł: 10,1 W: 432 W tym cukry: 57 Bł: 56,5 Sól: 4,1						
Bezsolna	Ser biały (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe gotowane (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), marchewka gotowana (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)	Budyń sł. chwila (1 szt/1,7)
E: 2476,5 kcal B: 111,9 T: 72,4 Kw. Tł: 26,9 W: 377,5 W tym cukry: 51,7 Bł: 36,5 Sól: 4,4						

Papkowata, półpłynna	Paszтет drobiowy (50 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) 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 drobiowe miel. gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka gotowana (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)	Płatki owsiane na ml (450 ml/ 1,7)
E: 2962,4 kcal B: 129,6 T: 96,3 Kw. Tł: 35 W: 430,9 W tym cukry: 33,2 Bł: 39,3 Sól: 5,8						
Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (60 g/ 1,6) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 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 drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na ml (450 ml/ 1,7)
E: 2985,2 kcal B: 139,2 T: 92 Kw. Tł: 35,9 W: 438,1 W tym cukry: 37,7 Bł: 41,4 Sól: 5,9						
Położnice	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) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń sł. chwila (1 szt/ 1,7)
E: 3152,1 kcal B: 137,1 T: 104,9 Kw. Tł: 43,6 W: 457 W tym cukry: 66,1 Bł: 44,5 Sól: 7,9						
Beźmięsne	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), Kasza z warzywami gotowanymi (350 g/ 1,9), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (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)	Budyń sł. chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2403,3 kcal B: 80,8 T: 65,7 Kw. Tł: 28 W: 420,9 W tym cukry: 66,7 Bł: 51,9 Sól: 5,7						
D. ubogobakteryjne podstawowe	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) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na ml (450 ml/ 1,7)

E: 3149,3 kcal B: 141,3 T: 109,5 Kw. Ti: 44,7 W: 439,9 W tym cukry: 37,2 Bł: 42,3 Sól: 7,8

Dzieci	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) Udko drobiowe gotowane (100 g/ 9) w potrawce (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/ 1), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok Kubaś (330 ml)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń st. chwila (1 szt/ 1,7)
---------------	--	----------------	---	--------------------	--	---------------------------------------

E: 3130,2 kcal B: 127,9 T: 101,3 Kw. Ti: 41,4 W: 471,1 W tym cukry: 90,7 Bł: 47,1 Sól: 6,9

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.

24.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty z fasolą (450 ml/9) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z kapusty kiszonej (100 g/9),
E: 2304,8 kcal B: 106,6 T: 73,4 Kw. Tł: 17,9 W: 374,5 W tym cukry: 46,5 Bł: 46,5 Sól: 5,3						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9), herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), chleb razowy (90 g/1,6,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2783,7 kcal B: 105,1 T: 88,5 Kw. Tł: 20,9 W: 426,1 W tym cukry: 58 Bł: 47,4 Sól: 6,7						
Bogatoreszkowa	Serek naturalny (150 g/7), chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz czysty z fasolą (450 ml/9) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z kapusty kiszonej (100 g/9),
E: 2412,8 kcal B: 114,3 T: 77 Kw. Tł: 20,1 W: 385,7 W tym cukry: 48,3 Bł: 46,5 Sól: 5,6						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9),
E: 2265,9 kcal B: 106,4 T: 66,5 Kw. Tł: 17,5 W: 381,8 W tym cukry: 48,9 Bł: 48 Sól: 4,9						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Serek naturalny (150 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2498,9 kcal B: 97,1 T: 52,9 Kw. Tł: 22,3 W: 435,5 W tym cukry: 63,5 Bł: 31,4 Sól: 4						

Ubogoenergetyczna	Serek naturalny (150 g/ 7) chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4), Chleb pszenny(120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2129,6 kcal B: 75,4 T: 43,2 Kw. Tł: 16,8 W: 387,7 W tym cukry: 64,9 Bł: 32,7 Sól: 2,5						
Ubogoresztkowa	Serek naturalny (150 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2165,6 kcal B: 78,6 T: 43 Kw. Tł: 16,8 W: 391,9 W tym cukry: 62,5 Bł: 30,5 Sól:3,5						
Z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2165,6 kcal B: 78,6 T: 43 Kw. Tł: 16,8 W: 391,9 W tym cukry: 62,5 Bł: 30,5 Sól:3,5						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Sałatka jarzynowa (200 g/9,10), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2229,3 kcal B: 42,5 T: 39,6 Kw. Tł: 9,8 W: 443,5 W tym cukry: 70,8 Bł: 36,5 Sól: 3,2						
Bezsolna	Serek naturalny (150 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2165,6 kcal B: 78,6 T: 43 Kw. Tł: 16,8 W: 391,9 W tym cukry: 62,5 Bł: 30,5 Sól:3,5						
Papkowata, póptylna	Serek naturalny (150 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Pasta rybna (80 g/ 4,9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2640,7 kcal B: 97,9 T: 50,9 Kw. Tł: 21,9 W: 477,3 W tym cukry: 65,3 Bł: 34,5 Sól: 4						

Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/ 7), chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Banan (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Ryż z jabłkiem (350 g/ 7), kompot z suszu (250 ml)		Ryba pieczona (120 g/4), Chleb pszenny(120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2570,9 kcal B: 101,6 T: 56,7 Kw. Tł: 24,5 W: 442,5 W tym cukry: 67,7 Bł: 33,6 Sól: 3,3						
Położnice	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt) Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9),
E: 2712,2 kcal B: 122,7 T: 79,6 Kw. Tł: 25,2 W: 441,6 W tym cukry: 69,6 Bł: 41,9 Sól: 5,6						
Bezmięśne	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z kapusty kiszzonej (100 g/9),
E: 2304,8 kcal B: 106,6 T: 73,4 Kw. Tł: 17,9 W: 374,5 W tym cukry: 46,5 Bł: 46,5 Sól: 5,3						
D. ubogobakteryjnie podstawowe	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt) Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), Chleb pszenny(120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Zupa jarzynowa (450 ml/9)
E: 2513,4 kcal B: 100,7 T: 59,3 Kw. Tł: 22,1 W: 459,6 W tym cukry: 65,1 Bł: 36,3 Sól: 4						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7) , chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, pomidor (100g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Banan (1 szt)	Barszcz czysty (450 ml/9) z chlebem pszennym (50 g/1) Makaron pszenny z makiem (350 g/ 1,5,7), kompot z suszu (250 ml)	Jabłko (1 szt) Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba panierowana pieczona (120 g/1,3,4), filet śledziowy z cebulą (100 g/4), chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9)
E: 2716,2 kcal B: 124,8 T: 76,4 Kw. Tł: 23 W: 454,3 W tym cukry: 67,8 Bł: 49 Sól: 5,4						
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.						

Sporządził: W. S./K.M./K.W.