

25.12.2023						
	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) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Golonka prasowana (60 g/1,7,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1963,3 kcal B: 70,7 T: 49,4 Kw. Tł: 17,2 W: 343,4 W tym cukry: 45,1 Bł: 39,2 Sól: 5</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)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Polędwica drobiowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka(100 g) Herbata (250 ml)	Polędwica sopočka (60 g/1,6,7), chleb razowy (90g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2103 kcal B: 98,4 T: 49,4 Kw. Tł: 17,1 W: 359 W tym cukry: 25,8 Bł: 47,6 Sól: 8,5</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) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Golonka prasowana (60 g/1,7,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2071,3 kcal B: 78,4 T: 53 Kw. Tł: 19,3 W: 354,6 W tym cukry: 46,9 Bł: 39,2 Sól: 5,3</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) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Golonka prasowana (60 g/1,7,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1871,3 kcal B: 70,3 T: 38,8 Kw. Tł: 13,9 W: 345,9 W tym cukry: 45,8 Bł: 40,6 Sól: 5,1</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (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)		Polędwica drobiowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)

<b>E: 2454,9 kcal B: 112,2 T: 49,5 Kw. Tł: 21,2 W: 421,9 W tym cukry: 37,2 Bł: 36,4 Sól: 7,4</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (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)		Polędwica drobiowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1792,2 kcal B: 71,6 T: 30,2 Kw. Tł: 10,2 W: 338,4 W tym cukry: 41,1 Bł: 34,7 Sól: 5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (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)		Polędwica drobiowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1828,2 kcal B: 74,8 T: 30 Kw. Tł: 10,2 W: 342,6 W tym cukry: 38,7 Bł: 32,5 Sól: 6</b>						
Niskobiałkowa	Dżem (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) Naleśniki z dżem (200 g/1,3,7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron z warzywami (350 g/1,9) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1781,2 kcal B: 43,6 T: 27,9 Kw. Tł: 8 W: 373,2 W tym cukry: 57,5 Bł: 30,9 Sól: 1,9</b>						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9) 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) 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)		Makaron z warzywami (350 g/1,9) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1847,3 kcal B: 79,6 T: 26,2 Kw. Tł: 9,3 W: 358,6 W tym cukry: 42,5 Bł: 40 Sól: 2,5</b>						
Papkowata, półpiynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (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)		Serek waniliowy (1 szt/7) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2796,5 kcal B: 107,6 T: 68,1 Kw. Tł: 27,5 W: 469,5 W tym cukry: 55,5 Bł: 38,1 Sól: 6,1</b>						

Bogatobiałkowa	Szynka wędzona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2526,9 kcal B: 116,7 T: 53,3 Kw. Tł: 23,3 W: 428,9 W tym cukry: 41,4 Bł: 38,6 Sól: 6,7</b>						
Położnice	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1</b> )	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,7,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2548,3 kcal B: 101,3 T: 65,5 kw. Tł: 25,4 W: 425,6 W tym cukry: 50 Bł: 43,6 Sól: 6,5</b>						
Beźmięśne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet sojowy pieczony (100 g/ <b>1,3,6</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/ <b>9</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2215,7 kcal B: 69,4 T: 49,1 Kw. Tł: 12 W: 423,4 W tym cukry: 49,4 Bł: 56,8 Sól: 3,5</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), szpinak (120 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1</b> )	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,7,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2713,4 kcal B: 113,5 T: 72,7 Kw. Tł: 28,6 W: 436,9 W tym cukry: 41 Bł: 41,9 Sól: 6,6</b>						
Dzieci	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (1 szt/ <b>1,3,7</b> )	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,7,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2513 kcal B: 101,9 T: 57,6 Kw. Tł: 21,8 W: 435,7 W tym cukry: 57,2 Bł: 44,5 Sól: 6,1</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>						

26.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kielbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Kotlet schabowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 2010,2 kcal B: 78,1 T: 64,5 Kw. Tł: 19,1 W: 312,9 W tym cukry: 38,7 Bł: 37,5 Sól: 10</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) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6,7), chleb razowy (90g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2128,5 kcal B: 93 T: 69,1 Kw. Tł: 20,7 W: 319,8 W tym cukry: 22,7 Bł: 40 Sól: 10,5</b>						
Bogatoreszkowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Żurek z kielbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Kotlet schabowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 2118,2 kcal B: 85,8 T: 68,1 Kw. Tł: 21,2 W: 324,1 W tym cukry: 40,5 Bł: 37,5 Sól: 10,2</b>						
Lekkostrawna	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kielbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 1949,5 kcal B: 78,5 T: 61,8 Kw. Tł: 19 W: 304 W tym cukry: 39,5 Bł: 38,1 Sól: 9,9</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żołądkowego	Polędwica sopocka (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 pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)

<b>E: 2351,1 kcal B: 104,2 T: 62 Kw. Tf: 25,9 W: 371,6 W tym cukry: 38,9 Bf: 30,9 Sól: 6,8</b>						
Ubogoenergetyczna	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), 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) Herbata (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 1597,1 kcal B: 68,6 T: 43,4 Kw. Tf: 15,1 W: 264,9 W tym cukry: 19,7 Bf: 34,8 Sól: 4,7</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 1715,1 kcal B: 71,8 T: 43,2 Kw. Tf: 15 W: 289,1 W tym cukry: 37,3 Bf: 32,6 Sól: 5,9</b>						
Niskobiałkowa	Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 1612,6 kcal B: 41,1 T: 27,1 Kw. Tf: 9 W: 334,5 W tym cukry: 58 Bf: 36,5 Sól: 1,9</b>						
Bezsolna	Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek naturalny (150g/7), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 1817 kcal B: 70,6 T: 36,1 Kw. Tf: 14,4 W: 330,2 W tym cukry: 57,7 Bf: 31,4 Sól: 2</b>						
Papkowata, półpłynna	Pasztet sojowy (1 szt/6,9) 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)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek naturalny (150g/7) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2695,5 kcal B: 110,1 T: 94 Kw. Tf: 34 W: 378,9 W tym cukry: 39,1 Bf: 33,3 Sól: 5,9</b>						

Bogatobiałkowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), 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), Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), 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) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2341,1 kcal B: 108,7 T: 65,8 Kw. Tł: 28,1 W: 358,6 W tym cukry: 23,1 Bł: 33,1 Sól: 5,9</b>						
Połoźnice	Polędwica sopocka (60 g/1,6), 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 (1 szt/7)	Żurek z kiełbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Kotlet schabowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 2663,9 kcal B: 106 T: 88,9 Kw. Tł: 31,8 W: 393,8 W tym cukry: 55 Bł: 38,2 Sól:10,9</b>						
Beźmięśne	Pasztet sojowy (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek naturalny (150g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 2056 kcal B: 62,6 T: 82,4 Kw. Tł: 21,6 W: 301,5 W tym cukry: 41,3 Bł: 41,9 Sól: 9,3</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica sopocka (60 g/1,6), 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 pieczone (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Kotlet schabowy pieczony (100 g/1,3), Ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2742,1 kcal B: 109,9 T: 85 Kw. Tł: 34,6 W: 415,5 W tym cukry: 54,6 Bł: 35,5 Sól: 7,9</b>						
Dzieci	Polędwica sopocka (60 g/1,6), 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)	Żurek z kiełbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (350 g/7)	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
<b>E: 2780,9 kcal B: 103,9 T: 76,5 Kw. Tł: 26 W: 456,8 W tym cukry: 62 Bł: 43 Sól: 10,4</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>						

27.12.2023						
	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, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2703,4 kcal B: 80,2 T: 95,8 Kw. Tł: 25,9 W: 426,6 W tym cukry: 59,6 Bł: 49,3 Sól: 6</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron razowy z duszonym filetem drobiowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (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, 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), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2546 kcal B: 116,8 T: 74,6 Kw. Tł: 23,1 W: 396,7 W tym cukry: 26,7 Bł: 48,4 Sól: 5,1</b>						
Bogatoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2811,4 kcal B: 87,9 T: 99,4 Kw. Tł: 28,1 W: 437,8 W tym cukry: 61,4 Bł: 49,3 Sól: 6,3</b>						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2468,1 kcal B: 73,6 T: 73,6 Kw. Tł: 23 W: 419,9 W tym cukry: 55 Bł: 45,8 Sól: 4</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku	Jajko gotowane (1 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)

<b>E: 2838,6 kcal B: 116,5 T: 79 Kw. Tf: 30,4 W: 452,3 W tym cukry: 37,3 Bf: 40,4 Sól: 5</b>						
<b>Ubogenergetyczna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2251,1 kcal B: 82,4 T: 60,8 Kw. Tf: 20,9 W: 376,6 W tym cukry: 51,3 Bf: 36,7 Sól: 3,4</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2282,1 kcal B: 83,9 T: 60,5 Kw. Tf: 20,8 W: 382 W tym cukry: 50 Bf: 35 Sól: 4,2</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2253,7 kcal B: 88,4 T: 55,4 Kw. Tf: 19,2 W: 382 W tym cukry: 50,3 Bf: 35 Sól: 5,3</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)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z warzywami (350 g/9), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel sł. chwila (1 szt)
<b>E: 2175,3 kcal B: 39,4 T: 48,8 Kw. Tf: 16,5 W: 434,4 W tym cukry: 76,2 Bf: 44 Sól: 2,3</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2282,1 kcal B: 83,9 T: 60,5 Kw. Tf: 20,8 W: 382 W tym cukry: 50 Bf: 35 Sól: 4,2</b>						



Papkowata, półpłynna	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2995,5 kcal B: 124 T: 93 Kw. Tł: 37,7 W: 452,7 W tym cukry: 37,3 Bł: 40,4 Sól: 5,2</b>						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2891,4 kcal B: 120,7 T: 83 Kw. Tł: 32,6 W: 454,7 W tym cukry: 41,7 Bł: 43,1 Sól: 4,5</b>						
Późniące	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 3090,1 kcal B: 105,1 T: 90,1 Kw. Tł: 31,5 W: 508,8 W tym cukry: 75,7 Bł: 48,4 Sól: 5</b>						
Bezmięśne	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2651,5 kcal B: 72,1 T: 92,7 Kw. Tł: 25 W: 423,9 W tym cukry: 59, Bł: 44,1 Sól: 6</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (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)
<b>E: 3148,7 kcal B: 108,9 T: 89,6 Kw. Tł: 33 W: 522,8 W tym cukry: 57,9 Bł: 50,7 Sól: 4,4</b>						

Dzieci	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
--------	--	----------------	--	----------------------------	---	------------------------------

**E: 2951,6 kcal B: 99,3 T: 88 Kw. Tł: 30,5 W: 485,5 W tym cukry: 68,4 Bł: 48,8 Sól: 4,7**

**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.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.

28.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), 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)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (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)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2644,8 kcal B:107,9 T: 80,6 Kw. Tł: 31,3 W: 402,6 W tym cukry: 57,7 Bł: 34,9 Sól: 6,2</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, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (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), rzodkiewka (25 g) (dodatek insuliny)
<b>E: 2291,2 kcal B: 117,3 T: 63,9 Kw. Tł: 22,3 W: 352,9 W tym cukry: 48,1 Bł: 45,1 Sól: 6,3</b>						
Bogatoresztkowa	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), 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)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (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)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)

<b>E: 2752,8 kcal B: 115,6 T: 84,2 Kw. Tł: 33,4 W: 413,8 W tym cukry: 59,5 Bł: 34,9 Sól: 6,4</b>						
Lekkostrawna	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), 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)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9) Udło z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (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)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2630,1 kcal B: 124,9 T: 74,2 Kw. Tł: 29,1 W: 396,9 W tym cukry: 58,6 Bł: 35,7 Sól: 6,4</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udło z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2692,9 kcal B: 142,7 T: 70,7 Kw. Tł: 31,1 W: 396 W tym cukry: 54,9 Bł: 28,2 Sól: 5,9</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/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)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udło z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2467 kcal B: 131,7 T: 63,1 Kw. Tł: 26,3 W: 368 W tym cukry: 54,3 Bł: 28,8 Sól: 6,2</b>						
Ubogonegetyczny na	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udło z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2436 kcal B: 130,2 T: 63,4 Kw. Tł: 26,3 W: 362,6 W tym cukry: 55,6 Bł: 30,5 Sól: 5,3</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Racuchy z jabłkiem ( 2 szt/1,3,7) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 1832,9 kcal B: 42,4 T: 29,7 Kw. Tł: 8,5 W: 378,6 W tym cukry: 72,3 Bł: 33,9 Sól: 3</b>						

<b>Bezsolna</b>	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)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2512,7 kcal B: 140,2 T: 61,9 Kw. Tł: 25,8 W: 378,1 W tym cukry: 54,2 Bł: 33,4 Sól: 5,2</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Paszтет drob. (50 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udko z kurczaka miel. gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2754,9 kcal B: 134,8 T: 78,7 Kw. Tł: 32,6 W: 405,3 W tym cukry: 54,1 Bł: 31,6 Sól: 5,4</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka z indyka (60 g/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)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E:2769,9 kcal B: 148,9 T: 74,6 Kw. Tł: 33,3 W: 401,8 W tym cukry: 58 Bł: 29,9 Sól: 5,3</b>						
<b>Późnice</b>	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), 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)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2912,7 kcal B: 119,1 T: 90,8 Kw. Tł: 35,2 W: 434,5 W tym cukry: 61,4 Bł: 34,9 Sól: 7,4</b>						
<b>Beźmięsne</b>	Paszтет sojowy (50 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml), Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z porów (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)	Sok pomidorowy (330 ml)

<b>E: 2516,3 kcal B: 100,8 T: 71,3 Kw. Tł: 23,2 W: 401,8 W tym cukry: 61,1 Bł: 42,6 Sól: 7,2</b>						
<b>D.</b> ubogobakteryjne podstawowe	Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,6</b> ), Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/ <b>1</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> )	Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3076,5 kcal B: 120,9 T: 105,3 Kw. Tł: 44,4 W: 436,1 W tym cukry: 56,9 Bł: 28,8 Sól: 5,2</b>						
<b>Dzieci</b>	Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,6</b> ), Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udka z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), surówka z porów (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/ <b>1,3,7</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> )	Szynka delikatesowa (30 g/ <b>1,6</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 3036,4 kcal B: 133,6 T: 81,3 Kw. Tł: 29,9 W: 476,5 W tym cukry: 71,2 Bł: 39,4 Sól: 6,5</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>						

29.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (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 chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2447,9 kcal B: 92,5 T: 63,5 Kw. Tł: 19 W: 417 W tym cukry: 65,4 Bł: 44,5 Sól: 3,9</b>						
z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/ 1,6) Chleb razowy (100 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (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 chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Herbata (250 ml)	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insuliny)
<b>E: 2152,1 kcal B: 92,2 T: 67 Kw. Tł: 21,2 W: 333,5 W tym cukry: 24,2 Bł: 42 Sól: 5,2</b>						
Bogatoresztkowa	Sok pomidorowy (330 ml), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (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 chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2490,8 kcal B: 95,2 T: 63,8 Kw. Tł: 19 W: 425,6 W tym cukry: 66,1 Bł: 45,8 Sól: 4,8</b>						
Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (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 chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2447,9 kcal B: 92,5 T: 63,5 Kw. Tł: 19 W: 417 W tym cukry: 65,4 Bł: 44,5 Sól: 3,9</b>						
z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żołądkowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone(1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2714,9 kcal B: 115,7 T: 61,9 Kw. Tł: 23,4 W: 453,6 W tym cukry: 57,2 Bł: 34,2 Sól: 4,5</b>						

Ubogenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2415,3 kcal B: 99 T: 55,8 Kw. Tł: 18,8 W: 415 W tym cukry: 60,5 Bł: 40,2 Sól: 3,4</b>						
Ubogoresztkowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2446,3 kcal B: 100,5 T: 55,5 Kw. Tł: 18,7 W: 420,4 W tym cukry: 59,2 Bł: 38,5 Sól: 4,2</b>						
Z ogr. tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2446,3 kcal B: 100,5 T: 55,5 Kw. Tł: 18,7 W: 420,4 W tym cukry: 59,2 Bł: 38,5 Sól: 4,2</b>						
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 ryżowy (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka z brokułem (200 g/10), 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: 2246,4 kcal B: 42,6 T: 61,9 Kw. Tł: 14,4 W: 421 W tym cukry: 61,6 Bł: 44,6 Sól: 4,2</b>						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2446,3 kcal B: 100,5 T: 55,5 Kw. Tł: 18,7 W: 420,4 W tym cukry: 59,2 Bł: 38,5 Sól: 4,2</b>						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 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)		Schab pieczony miel. (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/ 7)
<b>E: 2608,9 kcal B: 108,8 T: 58,4 Kw. Tł: 24,1 W: 445,9 W tym cukry: 44,2 Bł: 38,1 Sól: 4,8</b>						

Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Bułka pszenna (100 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2681,7 kcal B: 121,8 T: 65,1 Kw. Tł: 27,2 W: 438,3 W tym cukry: 40,3 Bł: 40,8 Sól: 5</b>						
Położnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/ <b>1,7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (330 ml)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2709,3 kcal B: 99,3 T: 69,3 Kw. Tł: 19,7 W: 464 W tym cukry: 82,5 Bł: 46,4 Sól: 5,2</b>						
Beźmięśne	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2447,9 kcal B: 92,5 T: 63,5 Kw. Tł: 19 W: 417 W tym cukry: 65,4 Bł: 44,5 Sól: 3,9</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2915,6 kcal B: 111 T: 74,8 Kw. Tł: 23,2 W: 485,9 W tym cukry: 78,2 Bł: 40,7 Sól: 4,5</b>						
Dzieci	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Sałatka z brokułem (200 g/10) z jajkiem gotowanym (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/9)
<b>E: 2716,9 kcal B: 99,8 T: 69,3 Kw. Tł: 21,1 W: 463 W tym cukry: 66,3 Bł: 46,3 Sól: 5,6</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.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						



30.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2618,3 kcal B:98 T: 92,5 Kw. Tł: 38 W: 386,2 W tym cukry: 52,7 Bł: 39,9 Sól: 6,6</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Ryż brązowy z duszonym filetem drobiowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (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, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2290,7 kcal B: 106,3 T: 58,2 Kw. Tł: 16,5 W: 383,1 W tym cukry: 22,7 Bł: 52,3 Sól: 8,5</b>						
Bogatoresztkowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2726,3 kcal B: 105,7 T: 96,1 Kw. Tł: 40,2 W: 397,4 W tym cukry: 54,5 Bł: 39,9 Sól: 6,9</b>						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2466,3 kcal B: 97,7 T: 73,3 Kw. Tł: 26 W: 390,7 W tym cukry: 52,7 Bł: 39,9 Sól: 5,3</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku	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)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), szpinak gotowany (170 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 jaglana na ml (450 ml/7)
<b>E: 2879 kcal B: 128,4 T: 73 Kw. Tł: 29,3 W: 459,5 W tym cukry: 33,9 Bł: 36,5 Sól: 5</b>						

Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), szpinak gotowany (170 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 słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2343,8 kcal B: 92,5 T: 56,6 Kw. Tł: 20,7 W: 399,2 W tym cukry: 55,2 Bł: 37,1 Sól: 3,2</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)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), szpinak gotowany (170 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 słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2379,8 kcal B: 95,7 T: 56,4 Kw. Tł: 20,7 W: 403,4 W tym cukry: 52,8 Bł: 34,9 Sól: 4,2</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)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Ryż z warzywami (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron z truskawkami (350 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2099,9 kcal B: 49,5 T: 30,3 Kw. Tł: 11,3 W: 444,3 W tym cukry: 50,1 Bł: 42,2 Sól: 2,3</b>						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2379,8 kcal B: 95,7 T: 56,4 Kw. Tł: 20,7 W: 403,4 W tym cukry: 52,8 Bł: 34,9 Sól: 4,2</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)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 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 jaglana na ml (450 ml/7)
<b>E: 2912,9 kcal B: 129,6 T: 78,8 Kw. Tł: 31 W: 451,2 W tym cukry: 29,2 Bł: 33,7 Sól: 4,8</b>						
Bogatobiałkowa	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)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), szpinak gotowany (170 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)	Kasza jaglana na ml (450 ml/7)
<b>E: 2951 kcal B: 132,9 T: 76,8 Kw. Tł: 31,4 W: 466,5 W tym cukry: 38,1 Bł: 38,7 Sól: 4,2</b>						

<b>Potężnice</b>	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/7)
<b>E: 3134,7 kcal B: 124,8 T: 93 Kw. Tł: 41 W: 491,9 W tym cukry: 82,5 Bł: 45,7 Sól: 7,7</b>						
<b>Beźmięśne</b>	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z kostką sojową i gotowanymi jarzynami (330 g/6,9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy (100 g/6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/7)
<b>E: 2602,6 kcal B: 106,1 T: 67 Kw. Tł: 27,2 W: 444,4 W tym cukry: 56,3 Bł: 54,7 Sól: 6,4</b>						
<b>D. ubogobakteryjnie podstawowe</b>	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), szpinak gotowany (120 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jagłana na ml (450 ml/7)
<b>E: 3206,7 kcal B: 130,5 T: 108,6 Kw. Tł: 46,8 W: 468,3 W tym cukry: 59,2 Bł: 44,3 Sól: 5,9</b>						
<b>Dzieci</b>	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/9), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2929,2 kcal B: 116,8 T: 83 Kw. Tł: 31,4 W: 469,7 W tym cukry: 80,7 Bł: 44,5 Sól: 5,9</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>						

31.12.2023						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/1), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), bukiet warzyw gotowany (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)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2333,8 kcal B: 93,8 T: 76,9 Kw. Tł: 21,2 W: 358,6 W tym cukry: 44,5 Bł: 45,3 Sól: 5,8</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), 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)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), bukiet warzyw gotowany (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), Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (100 g/1,7), chleb razowy (90g/1,6), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2318 kcal B: 106,3 T: 79,2 Kw. Tł: 33,6 W: 339,1 W tym cukry: 31,3 Bł: 46,9 Sól: 7,1</b>						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/7)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/1), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), bukiet warzyw gotowany (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)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2663,5 kcal B: 111 T: 93,6 Kw. Tł: 31 W: 387,1 W tym cukry: 50,2 Bł: 45,9 Sól: 7</b>						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), bukiet warzyw gotowany (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)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2327,2 kcal B: 104,9 T: 73,6 Kw. Tł: 24,1 W: 351,2 W tym cukry: 44,3 Bł: 43,5 Sól: 6,6</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane 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 (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)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2540,5 kcal B: 123,5 T: 69,2 Kw. Tł: 28,3 W: 386,7 W tym cukry: 43,3 Bł: 34,3 Sól: 6,4</b>						

Ubogoenergetyczna	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 1858,9 kcal B: 89 T: 50 Kw. Tł: 17,3 W: 297,1 W tym cukry: 44,5 Bł: 34,3 Sól: 5,2</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2247,4 kcal B: 107,9 T: 59,4 Kw. Tł: 22,8 W: 349,4 W tym cukry: 42,8 Bł: 32,7 Sól: 6,5</b>						
Niskobiałkowa	Ryż z jabłkiem (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sos grecki (200 ml/1,9), bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu, Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 1876 kcal B: 38,8 T: 30,9 Kw. Tł: 5,3 W: 391,7 W tym cukry: 75,1 Bł: 35,3 Sól: 3,2</b>						
Bezsolna	Ryż z jabłkiem (350 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko(1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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 (330 ml)
<b>E: 1923,2 kcal B: 73 T: 37,3 Kw. Tł: 9,3 W: 351,4 W tym cukry: 72,4 Bł: 31,7 Sól: 3,3</b>						
Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7), Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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 jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2699,7 kcal B: 118,9 T: 76,7 Kw. Tł: 27,6 W: 413,3 W tym cukry: 45,4 Bł: 36 Sól: 6,4</b>						

<b>Bogatobiałkowa</b>	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2593,3 kcal B: 127,8 T: 73,2 Kw. Tł: 30,5 W: 389,1 W tym cukry: 47,7 Bł: 36,9 Sól: 5,9</b>						
<b>Połoźnice</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Neapolitańska z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/ <b>1</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 3111,3 kcal B: 130,9 T: 107,7 Kw. Tł: 39,4 W: 445,5 W tym cukry: 66,4 Bł: 44,4 Sól: 7,7</b>						
<b>Beźmięsne</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Placki jarzynowe pieczone (350 g/ <b>1,3,9</b> ), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2500,1 kcal B: 83,5 T: 78 Kw. Tł: 21,4 W: 406,3 W tym cukry: 47 Bł: 46,7 Sól: 6,5</b>						
<b>D. ubogobakteryjne</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/ <b>1</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3324,2 kcal B: 139,4 T: 115,8 Kw. Tł: 43,4 W: 473,2 W tym cukry: 70,6 Bł: 45,7 Sól: 7,4</b>						
<b>Dzieci</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), Ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/ <b>1</b> )	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2914,5 kcal B: 154,2 T: 83,9 Kw. Tł: 29,7 W: 426,7 W tym cukry: 73,2 Bł: 45,6 Sól: 7,1</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.fubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						