

01.01.2024						
	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) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Flaki wołowe gotowane (450 ml/1,9) + chleb pszenny (50 g/1) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3) 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)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2208,1 kcal B: 75,7 T: 75 Kw. Tł: 18,8 W: 343,9 W tym cukry: 62,2 Bł: 38,9 Sól: 4,7</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/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)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata (250 ml)	Serek naturalny (150 g/7), chleb razowy 90 g/1,6), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2459,7 kcal B: 103,7 T: 87,2 Kw. Tł: 28,3 W: 356,4 W tym cukry: 26,5 Bł: 44 Sól: 5,3</b>						
Bogatoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Flaki wołowe gotowane (450 ml/1,9) + chleb pszenny (50 g/1) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3) 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)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2316,1 kcal B: 83,4 T: 78,6 Kw. Tł: 20,9 W: 355,1 W tym cukry: 64 Bł: 38,9 Sól: 5</b>						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2025,1 kcal B: 64,6 T: 59,8 Kw. Tł: 14,3 W: 342,3 W tym cukry: 61,3 Bł: 38,2 Sól: 3,9</b>						
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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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 (450 ml/7)
<b>E: 2535,7 kcal B: 103,8 T: 72,6 Kw. Tł: 27,2 W: 400,2 W tym cukry: 42 Bł: 36,8 Sól: 4,8</b>						

Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1902,2 kcal B: 68 T: 54,4 Kw. Tł: 17,7 W: 315,7 W tym cukry: 47,1 Bł: 33,6 Sól: 2,9</b>						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1979,2 kcal B: 71,2 T: 54,2 Kw. Tł: 17,7 W: 329,9 W tym cukry: 54,7 Bł: 31,4 Sól: 4</b>						
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 (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1962,4 kcal B: 73,3 T: 51,2 Kw. Tł: 16,9 W: 329,9 W tym cukry: 55 Bł: 31,4 Sól: 5,1</b>						
Niskobiałkowa	Miód (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte (350 g/1,3), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior 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)
<b>E: 1670,2 kcal B: 37,8 T: 31,1 Kw. Tł: 13,1 W: 344,5 W tym cukry: 73 Bł: 38,1 Sól: 3,3</b>						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3) , Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1979,2 kcal B: 71,2 T: 54,2 Kw. Tł: 17,7 W: 329,9 W tym cukry: 54,7 Bł: 31,4 Sól: 4</b>						
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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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 (450 ml/7)
<b>E: 2692,6 kcal B: 111,3 T: 86,7 Kw. Tł: 34,5 W: 400,6 W tym cukry: 42 Bł: 36,8 Sól: 5</b>						

Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/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 (450 ml/7)
<b>E: 2607,7 kcal B: 108,3 T: 76,4 Kw. Tł: 29,4 W: 407,2 W tym cukry: 46,2 Bł: 39 Sól: 4,1</b>						
Położnice	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3) 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)	Serek waniliowy (150 g/7)	Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2781,1 kcal B: 102,8 T: 92,4 Kw. Tł: 30,6 W: 422,7 W tym cukry: 81,1 Bł: 40,9 Sól: 4,9</b>						
Beźmięsne	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)		Soczewica z warzywami (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2001,7 kcal B: 66,8 T: 40,9 Kw. Tł: 10,3 W: 383 W tym cukry: 62,5 Bł: 45,8 Sól: 4,1</b>						
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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	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 (450 ml/7)
<b>E: 2808,6 kcal B: 112,2 T: 90,6 Kw. Tł: 35,7 W: 422,4 W tym cukry: 61,1 Bł: 39,6 Sól: 4</b>						
Dzieci	Jajko gotowane (1 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/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)	Serek waniliowy (150 g/7)	Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2584,6 kcal B: 95,5 T: 81,5 Kw. Tł: 26,8 W: 404,6 W tym cukry: 79 Bł: 40,3 Sól: 4,5</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.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>						

02.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2546,8 kcal B: 81,1 T: 85,1 Kw. Tł: 22,1 W: 399,5 W tym cukry: 44,8 Bł: 42,5 Sól: 8,7						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (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 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)
E: 2577 kcal B: 128 T: 85,8 Kw. Tł: 26,3 W: 363,7 W tym cukry: 23,6 Bł: 44 Sól: 10,1						
Bogatoresztkowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/ 1,9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2654,8 kcal B: 88,8 T: 88,7 Kw. Tł: 24,2 W: 410,7 W tym cukry: 46,6 Bł: 42,5 Sól: 9						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (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 Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2370,5 kcal B: 81,2 T: 70,8 Kw. Tł: 21 W: 387,9 W tym cukry: 40,4 Bł: 39,7 Sól: 6,5						
Z ogr. s. pobudz. wydzieln. soku żółciowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)

<b>E: 2848,4 kcal B: 131,5 T: 84,7 Kw. Tł: 31,5 W: 420,9 W tym cukry: 42,1 Bł: 34,3 Sól: 4,7</b>						
<b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2282,9 kcal B: 105,5 T: 68,1 Kw. Tł: 22,5 W: 328,6 W tym cukry: 27,1 Bł: 30,3 Sól: 4,5</b>						
<b>Ubogener getyczna</b>	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2239,9 kcal B: 104,8 T: 66,1 Kw. Tł: 21,9 W: 337,3 W tym cukry: 39,7 Bł: 34,1 Sól: 4,5</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Makaron z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2211,7 kcal B: 48,3 T: 45,4 Kw. Tł: 14,4 W: 426,8 W tym cukry: 39,6 Bł: 38,7 Sól: 2,2</b>						
<b>Bezsolna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2332,9 kcal B: 101,3 T: 64,8 Kw. Tł: 21,4 W: 366,4 W tym cukry: 37,1 Bł: 33,7 Sól: 4,3</b>						
<b>Papkowata, póipłynna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone mielone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona miel. (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2851,4 kcal B: 132,2 T: 82,8 Kw. Tł: 31 W: 428,7 W tym cukry: 41,5 Bł: 37,6 Sól: 4,9</b>						

Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2913,4 kcal B: 138,2 T: 86,3 Kw. Tł: 33,1 W: 430,8 W tym cukry: 46,5 Bł: 38,1 Sól: 5</b>						
Położnice	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2980 kcal B: 107 T: 83,7 Kw. Tł: 27,4 W: 487,4 W tym cukry: 48 Bł: 43,3 Sól: 8,1</b>						
Bezmięśne	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2544,1 kcal B: 69,5 T: 80,9 Kw. Tł: 20,8 W: 414,8 W tym cukry: 44 Bł: 37,4 Sól: 8,3</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), jarzynka gotowana (100 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	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 mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3054,2 kcal B: 109,7 T: 84,7 Kw. Tł: 30,6 W: 502,5 W tym cukry: 47,3 Bł: 44,4 Sól: 5,6</b>						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty kiszonej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z rzodkiewką (1 szt/1,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3099,1 kcal B: 112,6 T: 96,1 Kw. Tł: 32 W: 486,9 W tym cukry: 45 Bł: 45,1 Sól: 9,5</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.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>						

03.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2385,5 kcal B: 89,4 T: 75,1 Kw. Tł: 28,6 W: 379,3 W tym cukry: 42,8 Bł: 45,2 Sól: 5,6</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/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), Sałata Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2246,7 kcal B: 114,1 T: 66,4 Kw. Tł: 22,5 W: 344,6 W tym cukry: 34 Bł: 50,5 Sól: 5,5</b>						
Bogatoresztkowa	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2493,5 kcal B: 97,1 T: 78,7 Kw. Tł: 30,8 W: 390,5 W tym cukry: 44,6 Bł: 45,2 Sól: 5,8</b>						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/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 sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2293,2 kcal B: 95,4 T: 63,1 Kw. Tł: 22,1 W: 379 W tym cukry: 43,8 Bł: 47,4 Sól: 5,3</b>						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2518,2 kcal B: 124,9 T: 69,2 Kw. Tł: 27,9 W: 378,3 W tym cukry: 30,8 Bł: 33,3 Sól: 5,9</b>						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		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)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 1846,8 kcal B: 92,4 T:51 Kw. Tł: 17,2 W: 286,1 W tym cukry: 29,4 Bł: 34,9 Sól: 4,9</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 1791,6 kcal B: 88,9 T: 51,4 Kw. Tł: 17,2 W: 277,4 W tym cukry: 32 Bł: 37,6 Sól: 4,2</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)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pierogi z jabłkiem (350 g/8 szt/1,3,7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2310,5 kcal B: 45,5 T: 59,6 Kw. Tł: 33,7 W: 428,7 W tym cukry: 69,6 Bł: 34 Sól: 2</b>						
Bezsolna	Ser biały (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		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)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 1913,2 kcal B: 101,5 T: 52,9 Kw. Tł: 18,9 W: 289,5 W tym cukry: 29,1 Bł: 34,9 Sól: 3,7</b>						
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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2694,2 kcal B: 120,3 T: 77,9 Kw. Tł: 27,7 W: 406,7 W tym cukry: 32,9 Bł: 35 Sól: 5,8</b>						



Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 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)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2571 kcal B: 129,2 T: 73,2 Kw. Tł: 30,1 W: 380,7 W tym cukry: 35,3 Bł: 35,9 Sól: 5,4</b>						
Położnice	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ), Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/ <b>1,7</b> )	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 3001,2 kcal B: 119,3 T: 89,6 Kw. Tł: 36,9 W: 471,1 W tym cukry: 63,3 Bł: 46,4 Sól: 6,5</b>						
Beźmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/ <b>9</b> ), 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 sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2498,8 kcal B: 89,3 T: 61,7 Kw. Tł: 18,7 W: 447,5 W tym cukry: 45,9 Bł: 58,7 Sól: 5</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/ <b>1,7</b> )	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3174 kcal B: 127,3 T: 93,1 Kw. Tł: 39,6 W: 492,1 W tym cukry: 56 Bł: 40,3 Sól: 6,4</b>						
Dzieci	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (100 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/ <b>7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (120 g)
<b>E: 2869,4 kcal B:118,3 T: 76,2 Kw. Tł: 28,7 W: 472,8 W tym cukry: 50,7 Bł: 50,4 Sól: 5,8</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>						

04.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Gołąbki z ryżem duszone (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2706,1 kcal B: 115,3 T: 70,7 Kw. Tł: 29,3 W: 433,8 W tym cukry: 44,6 Bł: 36,3 Sól: 4,6</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, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), 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), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2416,6 kcal B: 120,7 T: 60,2 Kw. Tł: 21,1 W: 387,3 W tym cukry: 42,7 Bł: 43,6 Sól: 7,3</b>						
Bogatoresztkowa	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Gołąbki z ryżem duszone (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2814,1 kcal B: 123 T: 74,3 Kw. Tł: 31,5 W: 445 W tym cukry: 46,4 Bł: 36,3 Sól: 4,9</b>						
Lekkostrawna	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2704,3 kcal B: 135,4 T: 70,7 Kw. Tł: 28,2 W: 417,25 W tym cukry: 54,4 Bł: 39,9 Sól: 5,2</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)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2779,2 kcal B: 138,3 T: 67 Kw. Tł: 29,2 W: 434,7 W tym cukry: 48,5 Bł: 32,9 Sól: 5,8</b>						

Ubogoreszkowa, 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)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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> dżem owocowy (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>Ubogoreszkowa- E: 2602,1 kcal B: 133,8 T: 65,9 Kw. Tł: 27,3 W: 395,7 W tym cukry: 44,8 Bł: 31,1 Sól: 5,9</b> <b>Z ogr. tłuszczu- E: 2556,7 kcal B: 126,4 T: 60,1 Kw. Tł: 25,5 W: 405,2 W tym cukry: 53,5 Bł: 31,8 Sól: 5,7</b>						
Ubogoenergetyczna	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)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)
<b>E: 2571,1 kcal B: 132,3 T: 66,2 Kw. Tł: 27,3 W: 390,3, W tym cukry: 46,1 Bł: 32,8 Sól: 5,1</b>						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Gołąbki z ryżem duszone bez mięsa (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy(25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2103,8 kcal B: 54 T: 46,7 Kw. Tł: 19,7 W: 421,6 W tym cukry: 74,2 Bł: 41,5 Sól: 3,4</b>						
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 jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2647,8 kcal B: 142,3 T: 64,6 Kw. Tł: 26,8 W: 405,8 W tym cukry: 44,8 Bł: 35,7 Sól: 4,9</b>						
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 jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany miel. w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2841,2 kcal B: 130,4 T: 74,9 Kw. Tł: 30,7 W: 444 W tym cukry: 47,7 Bł: 36,3 Sól: 5,4</b>						

Bogatobiałkowa	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) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9), Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2856,2 kcal B: 144,5 T: 70,9 Kw. Tł: 31,4 W: 440,5 W tym cukry: 51,6 Bł: 34,6 Sól: 5,3</b>						
Położnice	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7))	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Gołąbki z ryżem duszone (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), 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)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2974,1 kcal B: 126,5 T: 81 Kw. Tł: 33,2 W: 465,7 W tym cukry: 48,2 Bł: 36,3 Sól: 5,8</b>						
Bezmięsne	Pasztet sojowy (1 szt/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Gołąbki z ryżem duszone bez mięsa (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2829,8 kcal B: 105,1 T: 93,8 Kw. Tł: 30,7 W: 438,8 W tym cukry: 45,1 Bł: 38,7 Sól: 4,9</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Gołąbki z ryżem duszone (300 g) w sosie pomidorowym (100 ml/1,7), ziemniaki gotowane (200 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1)	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 3148,4 kcal B: 124,8 T: 90,4 Kw. Tł: 40,3 W: 489,8 W tym cukry: 49,8 Bł: 35,9 Sól: 5,6</b>						
Dzieci	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,7,9) Udziec gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), 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)
<b>E: 2973,3 kcal B: 142,7 T: 76,5 Kw. Tł: 30,3 W: 463,2 W tym cukry: 55,3 Bł: 41,7 Sól: 6,9</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.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.</b>						

05.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), 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 z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2540,3 kcal B: 96 T: 75,7 Kw. Tł: 25,5 W: 401,3 W tym cukry: 71,6 Bł: 35,5 Sól: 5,5</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), Sałata Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Szynka z indyka (60 g/6) chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insuliniowy)
<b>E: 2255,1 kcal B: 99 T: 70,6 Kw. Tł: 19,1 W: 346,8 W tym cukry: 25,9 Bł: 44 Sól: 7,7</b>						
Bogatoresztkowa	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2648,3 kcal B: 103,7 T: 79,3 Kw. Tł: 27,7 W: 412,5 W tym cukry: 73,4 Bł: 35,5 Sól: 5,7</b>						
Lekkostrawna	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), 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 z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2540,3 kcal B: 96 T: 75,7 Kw. Tł: 25,5 W: 401,3 W tym cukry: 71,6 Bł: 35,5 Sól: 5,5</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)

<b>E: 2596,2 kcal B: 108,7 T: 76,2 Kw. Tf: 27,5 W: 399,2 W tym cukry: 49,1 Bf: 33,1 Sól: 5,2</b>						
Ubogoenergetyczna	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2399,9 kcal B: 92,4 T: 69,2 Kw. Tf: 24,4 W: 382,8 W tym cukry: 70,1 Bf: 34 Sól: 4</b>						
Ubogoresztkowa	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2430,9 kcal B: 93,9 T: 68,9 Kw. Tf: 24,4 W: 388,2 W tym cukry: 68,8 Bf: 32,3 Sól: 4,9</b>						
Z ogr. tłuszczu	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2362,6 kcal B: 97,6 T: 60 Kw. Tf: 24,4 W: 387 W tym cukry: 68,4 Bf: 32,3 Sól: 4,4</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)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1968,2 kcal B: 40 T: 43,6 Kw. Tf: 16,4 W: 388,8 W tym cukry: 73,1 Bf: 38,3 Sól: 3,4</b>						
Bezsolna	Dżem (25 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
<b>E: 2430,9 kcal B: 93,9 T: 68,9 Kw. Tf: 24,4 W: 388,2 W tym cukry: 68,8 Bf: 32,3 Sól: 4,9</b>						
Papkowata, półpiynna	Dżem (25 g) , Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)

<b>E: 2596,2 kcal B: 109,2 T: 72 Kw. Tł: 26,1 W: 404,6 W tym cukry: 42,1 Bł: 36,5 Sól: 5,5</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Kiełbasa szynkowa (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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Kawa na ml (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2660,6 kcal B: 123,3 T: 80,1 Kw.Tł: 29,9 W: 397,3 W tym cukry: 38,1 Bł: 39,2 Sól: 5,4</b>						
<b>Położnice</b>	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Pejzanka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ <b>1,7</b> )	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2831,8 kcal B: 105,7 T: 84,2 Kw. Tł: 30,6 W: 445,7 W tym cukry: 93,4 Bł: 36,1 Sól: 5,9</b>						
<b>Beźmięsne</b>	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ <b>1,7</b> )	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2540,3 kcal B: 96 T: 75,7 Kw. Tł: 25,5 W: 401,3 W tym cukry: 71,6 Bł: 35,5 Sól: 5,5</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Kawa na ml (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2850,7 kcal B: 111,4 T: 85 Kw. Tł: 31,5 W: 443,9 W tym cukry: 70,3 Bł: 37,3 Sól: 4,5</b>						
<b>Dzieci</b>	Dżem (25 g) , Bułeczka maślana (100 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/ <b>1,3,7</b> )	Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Sałata Rzodkiewka (50 g) Kawa na ml (250 ml/ <b>1,7</b> )	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2846,1 kcal B: 109,3 T: 84,5 Kw. Tł: 27,8 W: 445,2 W tym cukry: 81,7 Bł: 36,6 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.fubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

06.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Twarożek (100 g/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) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalańior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2385,7 kcal B: 108,3 T: 70,1 Kw. Tł: 25,9 W: 367,7 W tym cukry: 26,9 Bł: 41,9 Sól: 7,3</b>						
Z ogr. łatwo 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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), kalańior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), chleb razowy (90 g/1,6), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2476,1 kcal B: 117,4 T: 70,6 Kw. Tł: 18,2 W: 381,8 W tym cukry: 25,5 Bł: 46,2 Sól: 9,6</b>						
Bogatoresztkowa	Twarożek (100 g/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) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalańior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2493,7 kcal B: 116 T: 73,7 Kw. Tł: 29 W: 378,9 W tym cukry: 28,7 Bł: 41,9 Sól: 7,5</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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalańior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2339,5 kcal B: 109,5 T: 64,5 Kw. Tł: 23 W: 367,7 W tym cukry: 26,9 Bł: 41,9 Sól: 7,2</b>						



Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Twarożek (100 g/7) 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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na ml (450 ml/1,7)
<b>E: 2787,2 kcal B: 149,1 T: 75,8 Kw. Tł: 30,1 W: 407,2 W tym cukry: 23,1 Bł: 34 Sól: 6,6</b>						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7) 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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2189,3 kcal B: 116,6 T: 58,4 Kw. Tł: 19,7 W: 329 W tym cukry: 23,6 Bł: 33,9 Sól: 5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7) 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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2225,3 kcal B: 119,8 T: 58,2 Kw. Tł: 19,6 W: 333,2 W tym cukry: 21,2 Bł: 31,7 Sól: 6</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik ryżowy (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 gryczana z warzywami gotowanymi (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2109,4 kcal B: 53,2 T: 29,7 Kw. Tł: 10,8 W: 447 W tym cukry: 63,1 Bł: 63,1 Bł: 44,5 Sól: 3,1</b>						
Bezsolna	Twarożek (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 pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2193,1 kcal B: 99,2 T: 46,3 Kw. Tł: 15,6 W: 372,3 W tym cukry: 52,1 Bł: 31,7 Sól: 3,5</b>						

Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7) 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 mielone pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na ml (450 ml/1,7)
<b>E: 2963,2 kcal B: 144,5 T: 84,5 Kw. Tł: 29,8 W: 435,6 W tym cukry: 25,2 Bł: 35,7 Sól: 6,5</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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na ml (450 ml/1,7)
<b>E: 2859,2 kcal B: 153,6 T: 79,6 Kw. Tł: 32,2 W: 414,2 W tym cukry: 27,3 Bł: 36,2 Sól: 5,8</b>						
Późnice	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalafior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2870,5 kcal B: 136,5 T: 83,4 Kw. Tł: 33,5 W: 432,5 W tym cukry: 30,3 Bł: 43,9 Sól: 8,9</b>						
Beźmięsne	Twarożek (100 g/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), Kaszotto z kostką sojową (350 g/1,6,9), kalafior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek kiszony 100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (330 ml)
<b>E: 2362,8 kcal B: 97,4 T: 58,1 Kw. Tł: 16,1 W: 407,8 W tym cukry: 32 Bł: 52,3 Sól: 7,3</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalafior gotowany (100 g), szpinak gotowany (120 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na ml (450 ml/1,7)
<b>E: 3074,1 kcal B: 140 T: 100,9 Kw. Tł: 43,1 W: 442,6 W tym cukry: 26,5 Bł: 44,9 Sól: 7,3</b>						

Dzieci	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Karczek pieczony (100 g/9) w sosie (100 ml/1,7), kasza gryczana gotowana (200 g), kalafior gotowany (100 g), surówka z porów (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/7)	Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
--------	---	----------------	--	----------------------------	--	---

**E: 2817,9 kcal B: 134,2 T: 77,1 Kw. Tł: 30,2 W: 435,6 W tym cukry: 40 Bł: 43,5 Sól: 7,8**

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

07.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Kiełbasa krakowska (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 (50g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3,7</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ <b>1,3,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
E: 2390,5 kcal B: 93,7 T: 92,8 Kw. Tł: 24,8 W: 336,9 W tym cukry: 43,7 Bł: 44,3 Sól: 9,1						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ) , chleb razowy (120 g/ <b>1,6,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (100 g/ <b>7</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6,7</b> ), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2401,1 kcal B: 99,3 T: 87,9 Kw. Tł: 34,3 W: 345,9 W tym cukry: 25,9 Bł: 45,7 Sól: 8,9						
Bogatoresztkowa	Kiełbasa krakowska (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 (50g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3,7</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ <b>1,3,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
E: 2498,5 kcal B: 104,4 T: 96,4 Kw. Tł: 27 W: 348,1 W tym cukry: 45,5 Bł: 44,3 Sól: 9,4						
Lekkostrawna	Kiełbasa krakowska (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 (50g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
E: 2201 kcal B: 90 T: 74 Kw. Tł: 23,8 W: 336 W tym cukry: 39,5 Bł: 46,1 Sól: 7,1						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ), Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )

<b>E: 2611,8 kcal B: 113,6 T: 69,4 Kw. Tł: 28 W: 413,5 W tym cukry: 45,3 Bł: 34,3 Sól: 6,3</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (120 g/ <b>1,6,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 1983,8 kcal B: 81,7 T: 55,2 Kw. Tł: 19,4 W: 322,7 W tym cukry: 44,6 Bł: 36,1 Sól: 5,6</b>						
<b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 2008 kcal B: 83,6 T: 55,1 Kw. Tł: 19,4 W: 326 W tym cukry: 43,3 Bł: 35,1 Sól: 5,6</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Makaron z warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ) Buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 1530,5 kcal B:41,9 T: 29,8 Kw. Tł: 9,6 W: 314,4 W tym cukry: 52,9 Bł: 43,5 Sól: 2,3</b>						
<b>Bezsolna</b>	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 2040,9 kcal B: 95,1 T: 53,9 Kw. Tł: 18,8 W: 326,8 W tym cukry: 43,8 Bł: 36,4 Sól: 4,2</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasztet sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany mielony w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2813,7 kcal B: 111,9 T: 90,6 Kw. Tł: 28,7 W: 416,9 W tym cukry: 45,8 Bł: 36,7 Sól: 6,3</b>						

<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2695,6 kcal B: 119,4 T: 73,1 Kw. Tł: 30,2 W: 421,4 W tym cukry: 48,5 Bł: 35,3 Sól: 6,6</b>						
<b>Położnice</b>	Kiełbasa krakowska (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 (50g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3,7</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 2872,2 kcal B: 114,6 T: 90,2 Kw. Tł: 32,2 W: 445 W tym cukry: 65,3 Bł: 48,9 Sól: 8</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) chleb razowy (120 g/ <b>1,6,7</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata,rzodkiewka (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ <b>1,3,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )
<b>E: 2231,6 kcal B: 66,1 T:95,6 Kw. Tł: 18,7 W: 314,1 W tym cukry: 43,6 Bł: 43 Sól: 8,1</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ) , chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3,7</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2829,6 kcal B: 114,3 T: 78,4 Kw. Tł: 31,9 W: 449,7 W tym cukry: 67,9 Bł: 37,7 Sól: 6,2</b>						
<b>Dzieci</b>	Kiełbasa krakowska (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 (50g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Sałata, pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Bukiet warzyw gotowany (120 g/ <b>9</b> )

E: 2703,5 kcal B: 107,3 T: 83,8 Kw. Tł: 30 W: 425 W tym cukry: 64,3 Bł: 49,5 Sól: 7,6

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

Sporządził: W. S./K.M./K.W.