

08.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (2 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/ 1,6) + chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 2824,8 kcal B: 121,3 T: 84,2 Kw. Tł: 30,5 W: 438,8 W tym cukry: 50,8 Bł: 47,6 Sól: 6,2						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/ 3) , Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata (250 ml)	Paszтет sojowy (1 szt/ 3,6,9), chleb razowy (90 g/ 1,6), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
E: 2694 kcal B: 113,1 T: 91,9 Kw. Tł: 25,2 W: 393,1 W tym cukry: 32,9 Bł: 47,3 Sól: 6,3						
Bogatoreszkowa	Jajko gotowane (2 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/ 1,6) + chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 2932,8 kcal B: 129 T: 87,8 Kw. Tł: 32,7 W: 450 W tym cukry: 52,6 Bł: 47,6 Sól: 6,5						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (2 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/ 1,6) + chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 2773,1 kcal B: 113,9 T: 81,5 Kw. Tł: 29,7 W: 434,7 W tym cukry: 50,1 Bł: 42,7 Sól: 6,2						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieli. soku żółciowego	Jajko gotowane (2 szt/ 3) , 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) Makaron spaghetti z serem (350 g/ 1,7) szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)

E: 2853,2 kcal B: 128,6 T: 84,3 Kw. Tł: 32,8 W: 424 W tym cukry: 34,3 Bł: 32,3 Sól: 4,9						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2591,3 kcal B: 114,4 T: 76,9 Kw. Tł: 28 W: 391,7 W tym cukry:36 Bł: 35,1 Sól: 4,2						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2627,3 kcal B: 117,6 T: 76,7 Kw. Tł: 28 W: 395,9 W tym cukry: 33,6 Bł: 32,9 Sól: 5,2						
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) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2540,9 kcal B: 112,8 T: 69,3 Kw. Tł: 26,2 W: 395,5 W tym cukry: 33,9 Bł: 32,9 Sól: 6,1						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron pszenny z warzywami gotowanymi (350 g/1,9) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 1938,5 kcal B: 44,2 T: 28,2 Kw. Tł: 10,1 W: 410 W tym cukry: 78,3 Bł: 37,5 Sól: 1,9						
Bezsolna	Jajko gotowane (2 szt/3), 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 (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2603,3 kcal B: 110,9 T: 75,1 Kw. Tł: 27,4 W: 398,9 W tym cukry: 37,1 Bł: 31,6 Sól: 4,5						

Papkowata, półtłyczna	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony miel. (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2926,7 kcal B: 128,7 T: 92,5 Kw. Tł: 38,3 W: 424 W tym cukry: 34,3 Bł: 32,3 Sól: 4,9						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7) szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2880,4 kcal B: 132,4 T: 87,9 Kw. Tł: 35 W: 421,7 W tym cukry: 28,5 Bł: 35,1 Sól: 4,1						
Położnice	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron razowy z serem (350 g/1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3099,6 kcal B: 125,7 T: 90,6 Kw. Tł: 32,6 W: 484,3 W tym cukry: 68,4 Bł: 43,3 Sól: 6,8						
Beźmięsne	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron razowy z serem (350 g/1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2675,4 kcal B: 109,5 T: 62,9 Kw. Tł: 23,7 W: 464,2 W tym cukry: 54,6 Bł: 51,3 Sól: 5,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Makaron razowy z serem (350 g/1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 3199,5 kcal B: 127,4 T: 94,3 Kw. Tł: 35,2 W: 497,8 W tym cukry: 67,1 Bł: 41,5 Sól: 4,6						

Dzieci	Jajko gotowane (2 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7) fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z pomidorem (1 szt/ 1,6,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka wędzona (30 g/ 1,6) + chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 3141,1 kcal B: 131,9 T: 99,9 Kw. Tł: 36,9 W: 470,6 W tym cukry: 50,8 Bł: 46 Sól: 8,2						
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.						

09.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2400,8 kcal B: 109,2 T: 73,5 Kw, Tf: 30,1 W: 362,8 W tym cukry: 52,9 Bf: 34,8 Sól: 6,7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml/)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),), jarzynka gotowana (100 g/9), brokuły (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (100 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), ogórek kiszony (50 g)(dodatek insulinowy)
E: 2426,5 kcal B: 112,5 T: 90,1 Kw, Tf: 39 W: 339 W tym cukry: 25,2 Bf: 44,3 Sól: 8,6						
Bogatoresztkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2508,8 kcal B: 116,9 T: 77,1 Kw, Tf: 32,3 W: 374 W tym cukry: 54,7 Bf: 34,8 Sól: 7						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2353,9 kcal B: 103,1 T: 69,7 Kw, Tf: 26,2 W: 368,9 W tym cukry: 54,6 Bf: 37,9 Sól: 5,5						
Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2663,1 kcal B: 122,5 T: 77,5 Kw, Tf: 32,7 W: 399,8 W tym cukry: 36,7 Bf: 34,4 Sól: 4,7						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (100 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2103,3 kcal B: 97,2 T: 62,2 Kw. Tł: 23,9 W: 316,7 W tym cukry: 32 Bł: 31,4 Sól: 4,5						
Ubogenergetyczna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Polędwica sopocka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2098,3 kcal B: 95,5 T: 62,1 Kw. Tł: 23,9 W: 317,9 W tym cukry: 33,1 Bł: 31,9 Sól: 4,3						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), jarzynka gotowana (150 g/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)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 1945,2 kcal B: 45,3 T: 32,5 Kw. Tł: 9,4 W: 408,1 W tym cukry: 57,8 Bł: 44,4 Sól: 3,6						
Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2115,3 kcal B: 91,1 T: 58,4 Kw. Tł: 22,8 W: 336,5 W tym cukry: 49,1 Bł: 33,4 Sól: 4						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2666,1 kcal B: 123,2 T: 75,6 Kw. Tł: 32,2 W: 407,6 W tym cukry: 36,1 Bł: 37,7 Sól: 4,9						
Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2766,1 kcal B: 128,5 T: 81 Kw. Tł: 34,9 W: 412,2 W tym cukry: 39,6 Bł: 34,9 Sól: 4,7						

Położnice	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Poleńdźwica sopočka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2983,1 kcal B: 140 T: 89,4 Kw. Tł: 38,2 W: 442,7 W tym cukry: 57,4 Bł: 37,3 Sól: 7,8						
Beźmięśne	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kotlet sojowy pieczony (100 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2332,3 kcal B: 93,3 T: 70,7 Kw. Tł: 29,6 W: 372,1 W tym cukry: 72,8 Bł: 38,7 Sól: 5,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), jarzynka gotowana (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Ser żółty (70 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2844,8 kcal B: 129,1 T: 84,7 Kw. Tł: 36,3 W: 428,8 W tym cukry: 56,6 Bł: 36,3 Sól: 7,6						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka Herbata z cukrem (250 ml)	Poleńdźwica sopočka (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2941,2 kcal B: 152,3 T: 80 Kw. Tł: 31,7 W: 444,4 W tym cukry: 83,6 Bł: 40,1 Sól: 6,1						
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.						

10.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2321,4 kcal B: 101,6 T: 58,6 Kw. Tł: 24,6 W: 386,6 W tym cukry: 27,9 Bł: 44,4 Sól: 4,9						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), 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), pomidor (50 g)(dodatek insulinowy)
E: 2267 kcal B: 112,7 T: 67,1 Kw. Tł: 24 W: 343,9 W tym cukry: 24,4 Bł: 44,5 Sól: 6,1						
Bogatoresztkowa	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2429,4 kcal B: 109,3 T: 62,2 Kw. Tł: 26,8 W: 397,8 W tym cukry: 29,7 Bł: 44,4 Sól: 5,2						
Lekkostrawna	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2321,4 kcal B: 101,6 T: 58,6 Kw. Tł: 24,6 W: 386,6 W tym cukry: 27,9 Bł: 44,4 Sól: 4,9						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieli. soku żołądkowego	Szynka wędzona (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)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2820,8 kcal B: 140,8 T: 72,9 Kw. Tł: 31,9 W: 434,3 W tym cukry: 29,6 Bł: 38,1 Sól: 6,4						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udło pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (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)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2183,6 kcal B: 113,2 T: 56,7 Kw. Tł: 22,7 W: 338,8 W tym cukry: 24,8 Bł: 37,4 Sól: 5,5						
Ubogoneurgetyczna	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udło pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2152,6 kcal B: 111,7 T: 57 Kw. Tł: 22,7 W: 333,4 W tym cukry: 26,1 Bł: 39,1 Sól: 4,7						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pierogi z truskawkami (350 g/8 szt/1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2199,4 kcal B: 49,1 T: 63 Kw. Tł: 37,6 W: 396,6 W tym cukry: 65,3 Bł: 40,1 Sól: 3,2						
Bezsolna	Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udło pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (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)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2118,8 kcal B: 97,2 T: 49,9 Kw. Tł: 19,3 W: 355,3 W tym cukry: 48,4 Bł: 38,8 Sól: 4						
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)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udło pieczone mielone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2996,8 kcal B: 136,2 T: 81,6 Kw. Tł: 31,6 W: 462,7 W tym cukry: 31,7 Bł: 39,8 Sól: 6,2						

Bogatobiałkowa	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Udło pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2866,8 kcal B: 145,5 T: 77,1 Kw. Tł: 34,1 W: 434,7 W tym cukry: 34 Bł: 41,5 Sól: 5						
Położnice	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Drożdżówka (1 szt/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 3171,1 kcal B: 134,3 T: 81,4 Kw. Tł: 517,3 W tym cukry: 51,1 Bł: 47,4 Sól: 6,4						
Bezmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), sałata (10 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2497,4 kcal B: 97 T: 67,3 Kw. Tł: 24,4 W: 415,1 W tym cukry: 30 Bł: 46,1 Sól: 4,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Drożdżówka (1 szt/1,7)	Serek naturalny (150 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 3468,1 kcal B: 138,1 T: 96,4 Kw. Tł: 42,9 W: 554,5 W tym cukry: 52,1 Bł: 48,1 Sól: 5,8						
Dzieci	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pierogi z mięsem i soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), sałata ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kalafior gotowany (120 g)
E: 2590,4 kcal B: 108,9 T: 64,4 Kw. Tł: 26,7 W: 432,6 W tym cukry: 28,8 Bł: 46,2 Sól: 6,6						

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.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.

11.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica drobiowa (60 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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2636 kcal B: 102,9 T: 84,63 Kw. Tł: 31,9 W: 401,6 W tym cukry: 59,7 Bł: 39,4 Sól: 7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (10 g) (dodatek insulinowy)
E: 2312,7 kcal B: 94,4 T: 70,8 Kw. Tł: 22 W: 360,6 W tym cukry: 30,2 Bł: 40,5 Sól: 8,5						
Bogatoresztkowa	Polędwica drobiowa (60 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) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2670,5 kcal B: 109,7 T: 88 Kw. Tł: 33,9 W: 395,8 W tym cukry: 49,5 Bł: 39,9 Sól: 7,3						
Lekkostrawna	Polędwica drobiowa (60 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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2479,2 kcal B: 106,3 T: 63,9 Kw. Tł: 23,6 W: 402,5 W tym cukry: 60,2 Bł: 37,9 Sól: 6,1						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)
E: 2518,5 kcal B: 112,7 T: 68,3 Kw. Tł: 26,6 W: 387,8 W tym cukry: 48,9 Bł: 29 Sól: 6						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)/ <u>dieta</u> <u>niskotłuszczowa:</u> serek waniliowy (1 szt/7)
Ubogoresztkowa: E: 2336,9 kcal B: 102,9 T: 63,3 Kw. Tł: 22,7 W: 362,5 W tym cukry: 48,1 Bł: 28,4 Sól: 6 Z ograniczeniem tłuszczu E: 2291,5 kcal B: 95,5 T: 57,5 Kw. Tł: 20,9 W: 372 W tym cukry: 56,7 Bł: 29,1 Sól: 5,8						
Ubogoenergetyczna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), 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)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2305,9 kcal B: 101,4 T: 63,6 Kw. Tł:22,7 W: 357,1 W tym cukry: 49,4 Bł: 30,1 Sól: 5,1						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Placki jarzynowe (350 g/1,3,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany bez mięsa (300 g/1), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel Stodka Chwila (1 szt./1)
E: 1927,8 kcal B: 46,7 T: 24,3 Kw. Tł: 7,9 W: 417,5 W tym cukry: 57,6 Bł: 42,3 Sól: 4,8						
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)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2381,2 kcal B: 113,8 T: 62 Kw. Tł: 22,2 W: 370,7 W tym cukry: 48 Bł: 33 Sól: 4,6						
Papkowata, półpłynna	Pasztet drob. (50 g/1,6), 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)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)
E: 2579,1 kcal B: 107,1 T: 76,3 Kw. Tł: 27,9 W: 395,2 W tym cukry: 48 Bł: 32,4 Sól: 5,1						

Bogatobiałkowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)
E: 2522 kcal B: 118 T: 72,4 Kw. Tł: 28,6 W: 376,6 W tym cukry: 40 Bł: 31,1 Sól: 5,4						
Polożnice	Polędwica drobiowa (60 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) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2845 kcal B: 115,7 T: 85,1 Kw. Tł: 30,9 W: 437,3 W tym cukry: 66,9 Bł: 38,1 Sól: 6,7						
Beźmięśne	Paszтет sojowy (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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Placki sojowe pieczone (350 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany bez mięsa (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2689,8 kcal B: 99,6 T: 78,9 Kw. Tł: 20 W: 441,6 W tym cukry: 64,4 Bł: 55,2 Sól: 6,3						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Bigos gotowany (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2916,1 kcal B: 116,2 T: 91,9 Kw. Tł: 36,4 W: 438,1 W tym cukry: 67,9 Bł: 36,4 Sól: 7,1						
Dzieci	Polędwica drobiowa (60 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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (100 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/1,3,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2885,4 kcal B: 115 T: 71 Kw. Tł: 24,3 W: 482,1 W tym cukry: 72,8 Bł: 41,6 Sól: 6,2						
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.						

12.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2382,6 kcal B: 78,6 T: 65,6 Kw. Tł: 17,1 W: 406,4 W tym cukry: 55,5 Bł: 42,1 Sól: 4,8						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), 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), rzodkiewka (25 g) <i>(dodatek insulinowy)</i>
E: 2240,8 kcal B: 103,7 T: 66,7 Kw. Tł: 19,6 W: 345,8 W tym cukry: 22,6 Bł: 43,7 Sól: 9,3						
Bogatoreszkowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2490,6 kcal B: 86,3 T: 69,2 Kw. Tł: 19,3 W: 417,6 W tym cukry: 57,3 Bł: 42,1 Sól: 5,1						
Lekkostrawna	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 skł. (220 g/9,10) + jajko gotow. (1 szt/3) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2382,6 kcal B: 78,6 T: 65,6 Kw. Tł: 17,1 W: 406,4 W tym cukry: 55,5 Bł: 42,1 Sól: 4,8						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) 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), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2543,7 kcal B: 101,5 T: 53,1 Kw. Tł: 21,5 W: 442,9 W tym cukry: 50,6 Bł: 33,8 Sól: 3,9						

Ubogoenergetyczna	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/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), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2180,9 kcal B: 83,3 T: 44,1 Kw. Tł: 16,2 W: 392,6 W tym cukry: 51,5 Bł: 35,7 Sól: 3,6						
Ubogoresztkowa	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/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), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2211,9 kcal B: 84,8 T: 43,8 Kw. Tł: 16,1 W: 398 W tym cukry: 50,2 Bł: 34 Sól: 4,4						
Z ogr. tłuszczu	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/1) 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 (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2211,9 kcal B: 84,8 T: 43,8 Kw. Tł: 16,1 W: 398 W tym cukry: 50,2 Bł: 34 Sól: 4,4						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ 9) Kluski śląskie b/mięsa gotowane (350 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka 4 skł. (220 g/9,10), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2311,2 kcal B: 43,2 T: 59,4 Kw. Tł: 13,7 W: 437 W tym cukry: 43 Bł: 39,5 Sól: 5						
Bezsolna	Miód (25 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (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), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2179,9 kcal B: 87,5 T: 38 Kw. Tł: 14,9 W: 405,8 W tym cukry: 32,4 Bł: 38 Sól: 5						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g) , Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (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 mielony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2509,7 kcal B: 104,2 T: 47,3 Kw. Tł: 20,2 W: 450,7 W tym cukry: 51 Bł: 38,5 Sól: 4,6						

Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	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)		Szab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2620,7 kcal B: 107,7 T: 57 Kw. Tł: 23,7 W: 448,7 W tym cukry: 53,7 Bł: 35,5 Sól: 3,3						
Położnice	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/ 1,7)	Sałotka 4 skł. (220 g/ 9,10) + jajko gotow. (1 szt/ 3) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2703,6 kcal B: 89,2 T: 80,8 Kw. Tł: 24,5 W: 441,6 W tym cukry: 70,9 Bł: 42,1 Sól: 5,2						
Beźmięsne	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałotka 4 skł. (220 g/ 9,10) + jajko gotow. (1 szt/ 3) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2382,6 kcal B: 78,6 T: 65,6 Kw. Tł: 17,1 W: 406,4 W tym cukry: 55,5 Bł: 42,1 Sól: 4,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), jarzynka gotowana (100 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/ 1,7)	Sałotka 4 skł. (220 g/ 9,10) + jajko gotow. (1 szt/ 3) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2903,6 kcal B: 98,9 T: 82,1 Kw. Tł: 28 W: 480,7 W tym cukry: 70 Bł: 44,1 Sól: 4						
Dzieci	Miód (25 g) , Rogal maślany (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (100 g), surówka z pekińskiej kapusty (100 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Makaron z truskawkami (350 g/ 1,7)	Sałotka 4 skł. (220 g/ 9,10) + jajko gotow. (1 szt/ 3) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2869,6 kcal B: 89,7 T: 73,4 Kw. Tł: 19,6 W: 502,7 W tym cukry: 67,4 Bł: 46,6 Sól: 4,9						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.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.						

13.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (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 zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Półdzwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2490 kcal B: 91,7 T: 84,1 Kw. Tł: 34 W: 377,9 W tym cukry: 33 Bł: 40,1 Sól: 7,7						
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)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z filetem drobiowym i warzywami (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (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)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2338,4 kcal B: 115,4 T: 55,4 Kw. Tł: 15,3 W: 387,4 W tym cukry: 23,2 Bł: 47,8 Sól: 5,3						
Bogatoresztkowa	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (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 zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Półdzwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2598 kcal B: 99,4 T: 87,7 Kw. Tł: 36,1 W: 389,1 W tym cukry: 34,8 Bł: 40,1 Sól: 8						
Lekkostrawna	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Półdzwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2526 kcal B: 103,5 T: 82,4 Kw. Tł: 31,7 W: 381,1 W tym cukry: 33,7 Bł: 41,8 Sól: 6,7						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 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)	Ryż na ml (450 ml/7)
E: 2854,6 kcal B: 135,1 T: 74,3 Kw. Tł: 29,1 W: 445,6 W tym cukry: 34,3 Bł: 38,2 Sól: 5,1						

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) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2403,8 kcal B: 96,1 T: 76,7 Kw. Tł: 31,3 W: 367,7 W tym cukry: 35,1 Bł: 39,1 Sól: 6,1						
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) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 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)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2285,1 kcal B: 105,2 T: 54,6 Kw. Tł: 18,2 W:375,3 W tym cukry: 32,8 Bł: 32,8 Sól: 5,3						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Makaron z warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), 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)	Miód (25 g)+ chleb pszenny (30 g/1)
E: 2153,8 kcal B: 58,6 T: 34,9 Kw. Tł: 15 W: 451,4 W tym cukry: 44 Bł: 54,7 Sól: 4						
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) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 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)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2337,9 kcal B: 100,5 T: 54,3 Kw. Tł: 18,1 W: 394,1 W tym cukry: 33,1 Bł: 36,9 Sól: 4,4						
Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), 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)	Ryż na ml (450 ml/7)
E: 2908,8 kcal B: 103,3 T:52,6 Kw. Tł: 22,3 W: 281,7 W tym cukry: 22,7 Bł: 18,9 Sól: 4,4						

Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na ml (450 ml/7)
E: 3011,8 kcal B: 142,2 T: 81 Kw. Tł: 32,4 W: 463,6 W tym cukry: 37,3 Bł: 39,1 Sól: 5,2						
Położnice	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3157,5 kcal B: 130,3 T: 109,4 Kw. Tł: 48,6 W: 451,4 W tym cukry: 52,5 Bł: 42,2 Sól: 8,6						
Bezmięsne	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron z warzywami (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (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 zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2585 kcal B: 84,6 T: 78,5 Kw. Tł: 26,6 W: 431,9 W tym cukry: 37,6 Bł: 53,1 Sól: 6,6						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na ml (450 ml/7)
E: 3281,7 kcal B: 132,2 T: 113,3 Kw. Tł: 52 W: 473,9 W tym cukry: 53,5 Bł: 43,9 Sól: 7,9						
Dzieci	Ser topiony (100 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsa wieprzowego duszonego i warzyw (350 g/1,9), Brokuły gotowane (100 g), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2746,5 kcal B: 115,5 T: 92,9 Kw. Tł: 38,5 W: 400,6 W tym cukry: 50,2 Bł: 41,8 Sól: 6,8						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.fubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

14.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kielbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/1), Ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kiszzonej kapusty (100 g/9), buraczki gotowane (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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2511,1 kcal B: 99,2 T: 85 Kw. Tf: 23,3 W: 376 W tym cukry: 65,5 Bf: 42,3 Sól: 5,7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kielbasa szynkowa (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)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kiszzonej kapusty (100 g/9), buraczki gotowane (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), Papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), chleb razowy (90g/1,6), sałata (10 g) (dodatek insulinowy)
E: 2362,4 kcal B: 94,1 T: 69,8 Kw. Tf: 19,8 W: 380,6 W tym cukry: 37,1 Bf: 47,9 Sól: 5,7						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/7)	Żurek z kielbasą (450 ml/1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/1) Stek wieprzowy pieczony z cebulą duszoną (100 g/1), Ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kiszzonej kapusty (100 g/9), buraczki gotowane (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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2619,1 kcal B: 106,9 T: 88,6 Kw. Tf: 25,4 W: 387,2 W tym cukry: 67,3 Bf: 42,3 Sól: 6						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	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), surówka z kiszzonej kapusty (100 g/9), buraczki gotowane (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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2351,8 kcal B: 101,5 T: 69,2 Kw. Tf: 18,6 W: 369,6 W tym cukry: 66,1 Bf: 42,9 Sól: 5,6						

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 z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/1), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2653,7 kcal B: 122,3 T: 75,4 Kw. Tł: 30,2 W: 405,8 W tym cukry: 42,7 Bł: 38 Sól: 6,6						
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 z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/1), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2046,2 kcal B: 82,1 T: 55,8 Kw. Tł: 19,1 W: 33,6 W tym cukry: 61,2 Bł: 36,8 Sól: 4,4						
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 z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/1), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2101,4 kcal B: 85,6 T: 55,4 Kw. Tł: 19 W: 345,4 W tym cukry: 58,5 Bł: 34,2 Sól: 5,2						
Niskobiałkowa	Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/1,9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), szpinak gotowany (120 g/1), buraczki gotowane (100 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 1968,6 kcal B: 40,7 T: 33,6 Kw. Tł: 6 W: 408,3 W tym cukry: 89,6 Bł: 37 Sól: 2,4						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9), bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko(1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/1), buraczki gotowane (100 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2115,7 kcal B: 95,9 T: 52,7 Kw. Tł: 17,8 W: 345,9 W tym cukry: 59,1 Bł: 35,5 Sól: 4,1						

Papkowata, półpłynna	Paszтет sojowy (1 szt/ 3,6,9), 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 z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany miel. w jarzynach (80 g/ 9), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/ 1), buraczki gotowane (100 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2837 kcal B: 119,4 T: 95,1 Kw. Tł: 30,2 W: 408,9 W tym cukry:43,2 Bł: 40,4 Sól: 6,9						
Bogatobiałkowa	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) Płatki jaglane 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), szpinak gotowany (120 g/ 1), buraczki gotowane (100 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2706,5 kcal B: 126,5 T: 79,4 Kw. Tł: 32,4 W: 408,2 W tym cukry: 47,1 Bł: 40,7 Sól: 6						
Późnice	Łopátka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/ 1) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), Ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kiszanej kapusty (100 g/ 9), buraczki gotowane (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)	Ryba pieczona (80 g/ 1,3,4) w sosie greckim (120 ml/ 1,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 3120,4 kcal B: 129,1 T: 101,1 Kw. Tł: 33,4 W: 463,3 W tym cukry: 88,9 Bł: 43,4 Sól: 6,6						
Bezmiejsne	Paszтет sojowy (1 szt/ 6,9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/ 1,3,9), surówka z kiszanej kapusty (100 g/ 9), buraczki gotowane (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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2399,6 kcal B: 71,9 T: 78,3 Kw. Tł: 14,1 W: 389,1 W tym cukry: 66,8 Bł: 45 Sól: 5,1						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopátka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) z chlebem pszennym (50 g/ 1) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), Ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (120 g/ 1), buraczki gotowane (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)	Ryba pieczona (80 g/ 1,3,4) w sosie greckim (120 ml/ 1,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3221,6 kcal B: 141,3 T: 107 Kw. Tł: 37 W: 465,4 W tym cukry: 68,8 Bł: 45,6 Sól: 7,1						

Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	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), surówka z kiszanej kapusty (100 g/ 9), buraczki gotowane (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)	Ryba pieczona (80 g/ 1,3,4) w sosie greckim (120 ml/ 1,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2853,1 kcal B: 123,6 T: 81,7 Kw. Tł: 26,6 W: 445,6 W tym cukry: 87,7 Bł: 44 Sól: 6,3						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

Sporządził: W. S./K.W./K.M.