

15.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3054,6 kcal B: 98,5 T: 105,2 Kw. Tł: 36,7 W: 477,4 W tym cukry: 56,9 Bł: 53,1 Sól: 6,6						
Z ogr. tłuszczu 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 jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż brązowy z duszonym filetem drobiowym i gotowanymi jarzynami (350 g/1,9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy 90 g/1,6, mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insuliny)
E: 2466,9 kcal B: 112,4 T: 76,4 Kw. Tł: 25,2 W: 380,5 W tym cukry: 37,5 Bł: 51,8 Sól: 5,7						
Bogatoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3162,6 kcal B: 106,2 T: 108,8 Kw. Tł: 38,8 W: 488,6 W tym cukry: 58,7 Bł: 53,1 Sól: 5,9						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3001,1 kcal B: 91,3 T: 102,3 Kw. Tł: 35,8 W: 473,4 W tym cukry: 55,5 Bł: 48,5 Sól: 6,6						

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) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2740,7 kcal B: 104,1 T: 76,8 Kw. Tł: 29,3 W: 440,5 W tym cukry: 41,2 Bł: 35,6 Sól: 4,4						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2484,4 kcal B: 94 T: 72,3 Kw. Tł: 26,5 W: 397,1 W tym cukry: 40,1 Bł: 36 Sól: 3,9						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2520,4 kcal B: 97,2 T: 72,1 Kw. Tł: 26,4 W: 401,3 W tym cukry: 37,7 Bł: 33,8 Sól: 4,9						
Z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 2501,8 kcal B: 98,1 T: 68,8 Kw. Tł: 25,5 W: 402,8 W tym cukry: 38 Bł: 33,8 Sól: 6,3						
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 jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy 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 (1 szt) + chleb pszenny (30 g/1)

E: 2293 kcal B: 48,6 T: 54,6 Kw. Tł: 20,9 W: 444,2 W tym cukry: 56 Bł: 46,4 Sól: 3,5						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) 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)	Miód (1 szt) + chleb pszenny (30 g)
E: 2561,2 kcal B: 92,1 T: 70 Kw. Tł: 25,5 W: 421 W tym cukry: 38 Bł: 33,8 Sól: 4,2						
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) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), 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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2951,9 kcal B: 112,8 T: 94,1 Kw. Tł: 37,7 W: 446,6 W tym cukry: 41,3 Bł: 36 Sól: 4,6						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9) jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2812,7 kcal B: 108,6 T: 80,6 Kw. Tł: 31,5 W: 447,5 W tym cukry: 45,4 Bł: 37,8 Sól: 3,6						
Polożnice	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35g/1,7)	Pasztet domowy pieczony (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)	Polędwica sopočka (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
E: 3269 kcal B: 102,5 T: 112,5 Kw. Tł: 39,7 W: 505,2 W tym cukry: 59,2 Bł: 48,5 Sól: 7,9						
Bezmięсне	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/7), 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)	Miód (1 szt) + chleb pszenny (30 g)
E: 2855,2 kcal B: 85 T: 71,3 Kw. Tł: 24,8 W: 521,2 W tym cukry: 56,8 Bł: 58,5 Sól: 5,6						

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) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), jarzynka gotowana (100 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35g/ 1,7)	Pasztet domowy pieczony (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 3334,7 kcal B: 99,4 T: 111,6 Kw. Tł: 39,9 W: 527,1 W tym cukry: 59,6 Bł: 48,4 Sól: 4,8						
Dzieci	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ 9), rzodkiewka ze śmietaną (100 g/ 7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z papryką (1 szt/ 1,7)	Pasztet domowy pieczony (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)	Polędwica sopocka (30 g/ 1,6) + chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 3369,1 kcal B: 109,3 T: 120,7 Kw. Tł: 43,1 W: 509,3 W tym cukry: 56,2 Bł: 51,8 Sól: 8,6						
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.						

16.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), grahamka (100 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ 9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,3,4,6,7,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2302,5 kcal B: 88,2 T: 84,7 Kw. Tł: 23,7 W: 333,6 W tym cukry: 38,8 Bł:38,3 Sól: 9,3						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6), grahamka (100 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ 9), sałatka z buraka i jabłka (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, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/ 3) chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2380,3 kcal B: 102,3 T: 75,6 Kw. Tł: 23,3 W: 362,7 W tym cukry: 34,2 Bł: 43,6 Sól: 9,5						
Bogatoresztkowa	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), grahamka (100 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ 9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,3,4,6,7,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2410,5 kcal B: 95,9 T: 88,3 Kw. Tł: 25,9 W: 344,8 W tym cukry: 40,6 Bł: 38,3 Sól: 9,6						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), grahamka (100 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ 9), sałatka z buraka i jabłka (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, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2119,1 kcal B: 89,7 T: 65,6 Kw. Tł: 21,7 W: 329,6 W tym cukry: 34,7 Bł: 40 Sól: 7,3						

Z ogr. s. pobudz. wydzieln. soku żółciowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2621,1 kcal B: 116,2 T: 74,9 Kw. Tł: 28,7 W: 401,4 W tym cukry: 40,3 Bł: 34,6 Sól: 6,2						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 1989,3 kcal B: 88,3 T: 58,4 Kw. Tł: 19,4 W: 308,4 W tym cukry: 35,8 Bł: 33,8 Sól: 5,3						
Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), grahamka (100 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (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)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 1943,3 kcal B: 86,5 T: 58,3 Kw. Tł: 19,4 W: 299,3 W tym cukry: 39 Bł: 34,3 Sól: 4,9						
Niskobiałkowa	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Kasza jęczmienna z warzywami (350 g/ 1,9), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Naleśniki z dżemem (200 g/1,3,7), herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 1784,2 kcal B: 48,8 T: 31 Kw. Tł: 8,8 W: 369,2 W tym cukry: 47 Bł: 38 Sól: 2,2						

Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2128,1 kcal B: 99,6 T: 65,5 Kw. Tf: 23,7 W: 316,3 W tym cukry: 35,6 Bf: 34 Sól: 4,1						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2759,9 kcal B: 127,7 T: 82 Kw. Tf: 33 W: 409,3 W tym cukry: 40,1 Bf: 34,8 Sól: 5						
Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), grahamka (100 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Kiwi (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2683,1 kcal B: 122,2 T: 78,4 Kw. Tf: 30,8 W: 403,5 W tym cukry: 45,3 Bf: 35,1 Sól: 6,1						
Polożnice	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), grahamka (100 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2887,8 kcal B: 120,9 T: 84,7 Kw. Tf: 30,2 W: 449,6 W tym cukry: 70,1 Bf: 42,9 Sól: 8,4						
Bezmięśne	Serek naturalny (150 g/7), grahamka (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana z kostką sojową (330 g/1,6,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,7,9,10) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2396,3 kcal B: 102,6 T: 82,2 Kw. Tf: 22,7 W: 357,8 W tym cukry: 42,2 Bf: 48,3 Sól: 8						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), grahamka (100 g/ 1,6) Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (100 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)
E: 3059 kcal B: 122,1 T: 84,8 Kw. Tł: 31,7 W: 489,7 W tym cukry: 76,8 Bł: 42,2 Sól: 7						
Dzieci	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), grahamka (100 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Kiwi (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/ 1,3) w sosie (100 ml/ 1,7), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ 9), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/ 1,3,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
E: 2758,2 kcal B: 121,5 T: 84,2 Kw. Tł: 29,4 W: 417 W tym cukry: 45,8 Bł: 42 Sól: 7,9						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

17.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2481,8 kcal B: 94,7 T: 74,4 Kw. Tł: 27,8 W: 396,8 W tym cukry: 46,1 Bł: 42,6 Sól: 5,6						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100g) Herbata (250 ml)	Paszтет sojowy (1 szt/3,6,9), chleb razowy (90 g/1,6), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2614,2 kcal B: 118,4 T: 93,1 Kw. Tł: 23,5 W: 370,5 W tym cukry: 33,4 Bł: 52,2 Sól: 8,1						
Bogatoresztkowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (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)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2658,8 kcal B: 103 T: 78,6 Kw. Tł: 30 W: 426,2 W tym cukry: 52,6 Bł: 45,6 Sól: 5,9						
Lekkostrawna	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2444,1 kcal B: 95 T: 65,3 Kw. Tł: 22,3 W: 408,4 W tym cukry: 46,1 Bł: 44,4 Sól: 5,4						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółciowego	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2897,1 kcal B: 135,2 T: 84,1 Kw. Tł: 32,3 W: 434,7 W tym cukry: 33,2 Bł: 38,5 Sól: 6,9						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica sopocka (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 jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2270,4 kcal B: 97,8 T: 64,6 Kw. Tł: 21,3 W: 355,4 W tym cukry: 34,7 Bł: 34,5 Sól: 5,6						
Ubogonegetyczna	Polędwica sopocka (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 jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2215,2 kcal B: 94,4 T: 65 Kw. Tł: 21,3 W: 346,6 W tym cukry: 37,3 Bł: 37,2 Sól: 4,8						
Niskobiałkowa	Makaron z truskawkami (350 g/ 1,7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z wiśniami (350 g/8 szt/ 1,3,7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2295,2 kcal B: 49,3 T: 60,8 Kw. Tł: 34,4 W: 418,4 W tym cukry: 62,7 Bł: 33,9 Sól: 1,9						
Bezsolna	Ser biały (100 g/ 7), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2298,8 kcal B: 104,4 T: 65,2 Kw. Tł: 22,3 W: 355,4 W tym cukry: 35,7 Bł: 35,5 Sól: 4,3						
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) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone miel. (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 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)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3059,4kcal B: 130 T: 91,4 Kw. Tł: 31,3 W: 463,2 W tym cukry: 35,3 Bł: 40,2 Sól: 6,8						

Bogatobiałkowa	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Udko pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2949,9 kcal B: 139,4 T: 88,1 Kw. Tł: 34,5 W: 437,2 W tym cukry: 37,6 Bł: 41,1 Sól: 6,4						
Położnice	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 3100,8 kcal B: 125,5 T: 89,7 Kw. Tł: 36,2 W: 488,7 W tym cukry: 66,8 Bł: 46 Sól: 7						
Beźmięśne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2660,7 kcal B: 93,7 T: 67,2 Kw. Tł: 19,1 W: 464,4 W tym cukry: 49,5 Bł: 52,1 Sól: 5						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1)	Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 3232,8 kcal B: 133,6 T: 94,2 Kw. Tł: 39,7 W: 502,6 W tym cukry: 59,4 Bł: 44,8 Sól: 7,2						
Dzieci	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/7)	Rolada pieczona (60 g/1,3) Chleb sitkowy (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
E: 2924,6 kcal B: 120,1 T: 78,6 Kw. Tł: 29,7 W: 477,2 W tym cukry: 59,4 Bł: 48,1 Sól: 6,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.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.						

18.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Kiełbasa krakowska (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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2590 kcal B: 108,2 T: 74 Kw. Tf: 28,6 W: 406 W tym cukry: 47,2 Bf: 38,5 Sól: 5						
Z ogr. fatwo p. węglowodanów	Szynka z indyka (60 g/6) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Mandarynka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Herbata (250 ml)	Polędwica sopocka (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
E: 2061,7 kcal B: 103 T: 54,4 Kw. Tf: 19,6 W: 321,7 W tym cukry: 32,2 Bf: 35,8 Sól: 7,7						
Bogatoreszkowa	Kiełbasa krakowska (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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2698 kcal B: 115,9 T: 77,6 Kw. Tf: 30,7 W: 417,2 W tym cukry: 49 Bf: 38,5 Sól: 5,3						
Lekkostrawna	Kiełbasa krakowska (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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2430,1 kcal B: 111,5 T: 63,9 Kw. Tf: 26 W: 383,6 W tym cukry: 46,9 Bf: 36,6 Sól: 4,7						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. 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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2419,2 kcal B: 120,6 T: 56,8 Kw. Tf: 26,6 W: 379,1 W tym cukry: 44,6 Bf: 26,7 Sól: 5,5						

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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)/ <u>dieta</u> <u>niskotłuszczowa</u> : sok pomidorowy (1szt)
Ubogoreszkowa - E: 2243,3 kcal B: 111,2 T: 53,1 Kw. Tł: 22,9 W: 353,1 W tym cukry: 44,1 Bł: 27,2 Sól: 5,5 Z ograniczeniem tłuszczu- E: 2128,8 kcal B: 104,7 T: 47,2 Kw. Tł: 21,1 W: 344,2 W tym cukry: 44,4 Bł: 27 Sól: 6						
Ubogoenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/6) Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2212,3 kcal B: 109,7 T: 53,4 Kw. Tł: 23 W: 347,7 W tym cukry: 45,4 Bł: 28,9 Sól: 4,7						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Mandarynka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350g/1,3), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g, bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1748,9 kcal B: 48,1 T: 31,7 Kw. Tł: 13,2 W: 354,2 W tym cukry: 48,8 Bł: 39,9 Sól: 4,3						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2289 kcal B: 119,8 T: 51,8 Kw. Tł: 22,5 W: 363,2 W tym cukry: 44,1 Bł: 31,8 Sól: 4,5						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2598,5 kcal B: 113,7 T: 65,1 Kw. Tł: 28,2 W: 416,9 W tym cukry: 56,2 Bł: 31,5 Sól: 5,1						

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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2496,2 kcal B: 126,8 T: 60,7 Kw. Tł: 28,8 W: 384,9 W tym cukry: 47,7 Bł: 28,4 Sól: 4,9						
Późnice	Kiełbasa krakowska (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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7))	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2956,3 kcal B: 121,7 T: 80,4 Kw. Tł: 31,3 W: 471 W tym cukry: 63,2 Bł: 41,5 Sól: 5,7						
Beźmięśne	Pasztet sojowy (1 szt/6), Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Ogórek kiszony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2639,8 kcal B: 103,7 T: 80,7 Kw. Tł: 23,3 W: 410,6 W tym cukry: 48,9 Bł: 44,5 Sól: 5,1						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6) Bułka pszenna (100 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 3033,3 kcal B: 121,4 T: 88,3 Kw. Tł: 39,5 W: 466,2 W tym cukry: 60,6 Bł: 34,1 Sól: 5,3						
Dzieci	Kiełbasa krakowska (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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Mandarynka (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), surówka z kapusty i papryki (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 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)
E: 2684,1 kcal B: 142,3 T: 64,3 Kw. Tł: 26 W: 415,6 W tym cukry: 74,9 Bł: 37,8 Sól: 4,7						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.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.						

19.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2661,2 kcal B: 108,3 T: 74 Kw. Tł: 24,3 W: 423,1 W tym cukry: 89,3 Bł: 36,6 Sól: 5,5						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/ 1,6) Chleb razowy (100 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Rzodkiewka (50 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (100 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), pomidor (50 g) (dodatek insuliny)
E: 2511,1 kcal B: 105,1 T: 85,7 Kw. Tł: 33 W: 373,4 W tym cukry: 36,9 Bł: 47,1 Sól: 9,2						
Bogatoresztkowa	Sok pomidorowy (330 ml), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2704,1 kcal B: 110,9 T: 74,3 Kw. Tł: 24,4 W: 431,7 W tym cukry: 89,9 Bł: 37,9 Sól: 6,5						
Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2661,2 kcal B: 108,3 T: 74 Kw. Tł: 24,3 W: 423,1 W tym cukry: 89,3 Bł: 36,6 Sól: 5,5						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1, 7)
E: 2853,3 kcal B: 121,1 T: 75,4 Kw. Tł: 25,5 W: 451,4 W tym cukry: 64 Bł: 32,6 Sól: 4,9						

Ubogoenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2656,4 kcal B: 105,4 T: 68,9 Kw. Tł: 22,5 W: 433,4 W tym cukry: 85,1 Bł: 33,7 Sól: 3,8						
Ubogoresztkowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2687,4 kcal B: 106,9 T: 68,6 Kw. Tł: 22,5 W: 438,8 W tym cukry: 83,8 Bł: 32 Sól: 4,6						
Z ogr. tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), 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), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2619,1 kcal B: 110,5 T: 59,7 Kw. Tł: 22,5 W: 437,6 W tym cukry: 83,4 Bł: 31,9 Sól: 4,1						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1, 9) Pyzy b/mięsa gotowane (350 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryz z jabłkiem (350 g/7), herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2240,4 kcal B: 37,1 T: 38,5 Kw. Tł: 12,3 W: 462,8 W tym cukry: 105,1 Bł: 31,5 Sól: 1,9						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2687,4 kcal B: 106,9 T: 68,6 Kw. Tł: 22,5 W: 438,8 W tym cukry: 83,8 Bł: 32 Sól: 4,6						
Papkowata, półtłyczna	Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1, 7)

E: 2747,3 kcal B: 114,2 T: 71,9 Kw. Tł: 26,2 W: 443,7 W tym cukry: 51 Bł: 36,5 Sól: 5,2						
Bogatobiałkowa	Szynka wędzona (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1, 7)
E: 2849,9 kcal B: 129,2 T: 80,5 Kw. Tł: 29,9 W: 432,1 W tym cukry: 46,4 Bł: 34,2 Sól: 5,8						
Położnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Sok pomidorowy (330 ml)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2905,5 kcal B: 112 T: 77,3 Kw. Tł: 26,4 W: 473,5 W tym cukry: 105,6 Bł: 37,5 Sól: 6,6						
Bezmięśne	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2661,2 kcal B: 108,3 T: 74 Kw. Tł: 24,3 W: 423,1 W tym cukry: 89,3 Bł: 36,6 Sól: 5,5						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1, 7)
E: 2990,4 kcal B: 120,6 T: 82,3 Kw. Tł: 28,6 W: 470,7 W tym cukry: 84,4 Bł: 33,1 Sól: 4,1						
Dzieci	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), szpinak gotowany (120 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata Ogórek kiszony (100 g) Kawa na ml (250 ml/ 1,7)	Budyń słodka chwila (1 szt/1,7)
E: 2930,2 kcal B: 115,6 T: 79,8 Kw. Tł: 26,4 W: 469,1 W tym cukry: 90,2 Bł: 38,4 Sól: 7,2						
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.						

20.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2579,6 kcal B: 118,1 T: 99,2 Kw. Tł: 36,7 W: 341,8 W tym cukry: 36,5 Bł: 40,3 Sól: 6,1						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, Pomidor (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (100 g/1,9), surówka z kapusty białej (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, ogórek zielony (100 g) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (10 g) (dodatek insulinowy)
E: 2485,4 kcal B: 116,6 T: 85,2 Kw. Tł: 26,9 W: 348,5 W tym cukry:25,6 Bł: 39,5 Sól: 8,5						
Bogatorozstrtkowa	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2687,6 kcal B: 125,8 T: 102,8 Kw. Tł: 38,9 W: 353 W tym cukry: 38,3 Bł: 40,3 Sól: 6,4						
Lekkostrawna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2442,8 kcal B: 109 T: 85,4 Kw. Tł: 27,9 W: 341,6 W tym cukry: 36,2 Bł: 35,3 Sól: 7						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na ml (450 ml/7)
E: 2716,4 kcal B: 134,1 T: 78,2 Kw. Tł: 29,2 W: 400,6 W tym cukry: 34,3 Bł: 35,5 Sól: 6,7						
Ubogoenerygetyczna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2224,4 kcal B: 102,9 T: 71,1 Kw. Tł: 24,8 W: 321,9 W tym cukry: 34,5 Bł: 32,4 Sól: 6						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2158,4 kcal B: 105,2 T: 61 Kw. Tł: 18,8 W: 328,4 W tym cukry: 32,8 Bł: 35,2 Sól: 6,4						
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 (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2076,4 kcal B: 56,6 T: 34,1 Kw. Tł: 14,5 W: 433,5 W tym cukry: 43,3 Bł: 52,1 Sól: 3,7						
Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		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: 2390,4 kcal B: 109,5 T: 75,5 Kw. Tł: 27,9 W: 350,7 W tym cukry: 33 Bł: 35,4 Sól: 4,3						

Papkováta, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane mielone w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Płatki owsiane na ml (450 ml/7)
E: 2901,4 kcal B: 143,5 T: 94,1 Kw. Tł: 38,7 W: 402,9 W tym cukry: 34 Bł: 35,5 Sól: 5						
Bogatobiałkowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)	Płatki owsiane na ml (450 ml/7)
E: 2890,4 kcal B: 139,5 T: 91,9 Kw. Tł: 37,3 W: 405,3 W tym cukry: 37,8 Bł: 32,7 Sól: 6,6						
Położnice	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)
E: 3066,4 kcal B: 143,8 T: 106,8 Kw. Tł: 43 W: 422,3 W tym cukry: 44,1 Bł: 42,7 Sól: 7						
Bezmięsne	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy (100 g/6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2395,8 kcal B: 92,5 T: 62,3 Kw. Tł: 24,2 W: 416,1 W tym cukry: 40,6 Bł: 54,2 Sól: 5,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Ser żółty (70 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), jarzynka gotowana (100 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na ml (450 ml/7)
E: 3188,8 kcal B: 145 T: 115,6 Kw. Tł: 47,3 W: 430,3 W tym cukry: 43,2 Bł: 40,4 Sól: 6,4						

Dzieci	<p>Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (100 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)</p>	<p>Jabłko (1 szt)</p>	<p>Rosół drobiowy z makaronem nitki (450 ml/ 1,9) Udko gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)</p>	<p>Soczek owocowo-warzywny (1 szt)</p>	<p>Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (100 g) Herbata z cukrem (250 ml)</p>	<p>Szynka konserwowa (30 g/1,6), chleb pszenny (30 g/1)</p>
E: 2859,5 kcal B: 126,5 T: 94,8 Kw. Tf: 33,3 W: 407,3 W tym cukry: 40,9 Bf: 36 Sól: 7,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

21.01.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Baleron wędzony (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ 1,7,9) +chleb (50g/1) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2324,3 kcal B: 84,9 T: 91,9 Kw. Tł: 26,3 W: 323,8 W tym cukry: 36,9 Bł: 37,2 Sól: 8,8						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6) , chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/1,3,6), chleb razowy (90 g/1,6,7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2294,6 kcal B: 89,1 T: 84 Kw. Tł: 20,2 W: 326,7 W tym cukry: 25,8 Bł: 34,6 Sól: 8,7						
Bogatoresztkowa	Baleron wędzony (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ 1,7,9) +chleb (50g/1) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2432,3 kcal B: 92,6 T: 95,5 Kw. Tł: 28,5 W: 335 W tym cukry: 38,7 Bł: 37,2 Sól: 9,1						
Lekkostrawna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ 1,7,9) +chleb (50g/1) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2121,8 kcal B: 88,5 T: 70,5 Kw. Tł: 18,8 W: 318,1 W tym cukry: 37,7 Bł: 38 Sól: 8,7						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/ 7)
E: 2576,8 kcal B: 113,3 T: 68,2 Kw. Tł: 27,1 W: 407,5 W tym cukry: 45,2 Bł: 34,2 Sól: 6						

Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb sitkowy (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1924,7 kcal B: 81,2 T: 53,5 Kw. Tł: 18,4 W: 304,9 W tym cukry: 42,8 Bł: 28,9 Sól: 6						
Ubogoresztkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1951,9 kcal B: 83,8 T: 51,5 Kw. Tł: 17,8 W: 316 W tym cukry: 40,8 Bł: 31,3 Sól: 6,1						
Z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1951,9 kcal B: 83,8 T: 51,5 Kw. Tł: 17,8 W: 316 W tym cukry: 40,8 Bł: 31,3 Sól: 6,1						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3) Buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1619,3 kcal B: 42,7 T: 31,5 Kw. Tł: 13,1 W: 325,1 W tym cukry: 64,6 Bł: 36,6 Sól: 4,1						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9) Bułka parówka (120 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 1983 kcal B: 94,1 T: 49,9 Kw. Tł: 17,1 W: 318,4 W tym cukry: 41,4 Bł: 32,6 Sól: 5						
Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 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)	Ryż na mleku (450 ml/ 7))

E: 2752,9 kcal B: 108,7 T: 76,9 Kw. Tł: 26,9 W: 435,9 W tym cukry: 47,3 Bł: 35,9 Sól: 5,9						
Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb sitkowy (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/ 7))
E: 2657,6 kcal B: 118,3 T: 73,8 Kw. Tł: 29,8 W: 407,5 W tym cukry: 48,9 Bł: 31,9 Sól: 6,1						
Połoźnice	Baleron wędzony (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ 1,7,9) +chleb (50g/1) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2883,8 kcal B: 106,2 T: 102,7 Kw. Tł: 32,3 W: 420,5 W tym cukry: 60,8 Bł: 40,5 Sól: 9,5						
Bezmięśne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser topiony (100 g/1,7), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2047,5 kcal B: 57,4 T: 73,3 Kw Tł: 27,2 W: 322,1 W tym cukry: 37,5 Bł: 37,3 Sól: 7,3						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Baleron wędzony (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa (450 ml/ 1,9), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/ 7)
E: 3023,2 kcal B: 115,1 T: 99 Kw. Tł: 37,9 W: 449,4 W tym cukry: 64,8 Bł: 35,5 Sól: 7,2						
Dzieci	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (100 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na ml (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ 1,7,9) +chleb (50g/1) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), sałatka z czerwonej kapusty (100g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Sałatka z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (330 ml)
E: 2573,3 kcal B: 102,1 T: 77,8 Kw. Tł: 22,6 W: 403,6 W tym cukry: 59,8 Bł: 41,3 Sól: 9,1						
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.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						