

19.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Flaki wołowe (450 ml/1,9) + chleb (50 g/1) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), 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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2708 kcal B: 106,1 T: 90,6 Kw. Tł: 31,9 W: 406,7 W tym cukry: 55,4 Bł: 42,9 Sól: 6,7</b>						
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 (80 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 warzywami (350 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), jarzynka gotowana (100 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), Ćwikła (120 g/12) Herbata (250 ml)	Serek topiony (100 g/1,7), chleb razowy 90 g/1,6, sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2590,6 kcal B: 108 T: 92,8 Kw. Tł: 37 W: 382 W tym cukry: 38 Bł: 54 Sól: 7,1</b>						
Bogatoreszkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Flaki wołowe (450 ml/1,9) + chleb (50 g/1) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), 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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2816 kcal B: 113,8 T: 94,2 Kw. Tł: 34 W: 417,9 W tym cukry: 57,2 Bł: 42,9 Sól: 6,9</b>						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), 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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2738,7 kcal B: 97,1 T: 83 Kw. Tł: 29,1 W: 442,8 W tym cukry: 55,3 Bł: 45,8 Sól: 6</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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 owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2744,6 kcal B: 109,9 T: 81,2 Kw. Tł: 31,3 W: 425,3 W tym cukry: 38,3 Bł: 34,6 Sól: 4,5</b>						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2477,6 kcal B:94,6 T: 72,1 Kw. Tł: 26,2 W: 395,3 W tym cukry: 39,8 Bł: 36,1 Sól: 3,7</b>						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2513,6 kcal B: 97,8 T: 71,9 Kw. Tł: 26,2 W: 399,5 W tym cukry: 37,4 Bł: 33,9 Sól: 4,8</b>						
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 jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2495 kcal B: 98,7 T: 68,6 Kw. Tł: 25,3 W: 401 W tym cukry: 37,7 Bł: 33,9 Sól: 6,1</b>						

Niskobiałkowa	Dżem (2 szt), 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) Ryż z warzywami (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (200 ml)
<b>E: 1849,4 kcal B: 44,1 T: 30 Kw. Tf: 11 W: 385,4 W tym cukry: 52,6 Bf: 38,5 Sól: 1,9</b>						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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)	Dżem (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2517,6 kcal B: 92,7 T: 70,5 Kw. Tf: 25,6 W: 409,5 W tym cukry: 46,2 Bf: 34,7 Sól: 4,3</b>						
Papkowata, półpłynna	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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 owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2955,8 kcal B: 118,6 T: 98,5 Kw. Tf: 39,7 W: 431,4 W tym cukry: 38,4 Bf: 35 Sól: 4,8</b>						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/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 owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2816,6 kcal B: 114,4 T: 85 Kw. Tf: 33,5 W: 432,3 W tym cukry: 42,5 Bf: 36,8 Sól: 3,8</b>						
Położnice	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), jarzynka gotowana (100 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3030,2 kcal B: 106,8 T: 91,5 Kw. Tf: 34,2 W: 487,2 W tym cukry: 77,1 Bf: 46,4 Sól: 6,5</b>						

<b>Bezmięsne</b>	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Risotto wegańskie (330 g/ <b>6,9</b> ), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/ <b>9</b> ), jarzynka gotowana (100 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/ <b>9</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/ <b>12</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2677,3 kcal B: 98,7 T: 59,6 Kw. Tł: 19,3 W: 495,7 W tym cukry: 67,4 Bł: 64,5 Sól: 5,2</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ <b>12</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3080,8 kcal B: 107,9 T: 93,5 Kw. Tł: 36,7 W: 491,4 W tym cukry: 74,4 Bł: 43,1 Sól: 4,2</b>						
<b>Dzieci</b>	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Risotto z mięsem i jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/ <b>9</b> ), jarzynka gotowana (100 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/ <b>1</b> )	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ćwikła (120 g/ <b>12</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (30 g/ <b>1,6</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2992,7 kcal B: 127,9 T: 83,4 Kw. Tł: 29,1 W: 474,8 W tym cukry: 83,3 Bł: 47 Sól: 6</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

20.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2277,7 kcal B: 101,8 T: 71,4 Kw. Tł: 21,8 W: 345,2 W tym cukry: 46,8 Bł: 34,9 Sól: 9,4</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9), Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (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 kiszony (80 g), Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2314,2 kcal B: 108,6 T: 67,8 Kw. Tł: 25,3 W: 363,3 W tym cukry: 33,1 Bł: 44,2 Sól: 8,9</b>						
Bogatoresztkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2385,7 kcal B: 109,5 T: 75 Kw. Tł: 23,9 W: 356,4 W tym cukry: 48,6 Bł: 34,9 Sól: 9,6</b>						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9), Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (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, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2119,8 kcal B: 96,5 T: 57,8 Kw. Tł: 23,7 W: 343,7 W tym cukry: 43,4 Bł: 38 Sól: 7,4</b>						

Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana 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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2616,4 kcal B: 121,4 T: 76,4 Kw. Tł: 32,7 W: 401,1 W tym cukry: 38,3 Bł: 38,1 Sól: 5,5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2062,7 kcal B: 93,9 T: 58,8 Kw. Tł: 22,9 W: 323,3 W tym cukry: 32,8 Bł: 37 Sól: 5,2</b>						
Ubogoenergetyczna	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), marchewka gotowana (150 g/1), 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)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1983,8 kcal B: 90,5 T: 59,3 Kw. Tł: 23,3 W: 308,6 W tym cukry: 34,8 Bł: 33,8 Sól: 5</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3) marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1779,7 kcal B: 47,7 T: 33,9 Kw. Tł: 13,5 W: 362,6 W tym cukry: 40,5 Bł: 45 Sól: 4,4</b>						

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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2062,7 kcal B: 93,9 T: 58,8 Kw. Tł: 22,9 W: 323,3 W tym cukry: 32,8 Bł: 37 Sól: 5,2</b>						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana 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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2690,3 kcal B: 123,1 T: 75,8 Kw. Tł: 32,3 W: 417 W tym cukry: 37,4 Bł: 41,8 Sól: 5,5</b>						
Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana 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), marchewka gotowana (150 g/1), 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 jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2719,4 kcal B: 127,4 T: 79,9 Kw. Tł: 34,8 W: 413,5 W tym cukry: 41,2 Bł: 38,6 Sól: 5,6</b>						
Położnice	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 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, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2768 kcal B: 123 T: 80,3 Kw. Tł: 31,8 W: 429,5 W tym cukry: 50,4 Bł: 39,9 Sól: 8,9</b>						
Bezmięsne	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/1,3,4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2288,6 kcal B: 94,7 T: 74,2 Kw. Tł: 22,3 W: 363,5 W tym cukry: 48,2 Bł: 39,6 Sól: 9,2</b>						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1)	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 jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2913,8 kcal B: 127,8 T: 87,4 Kw. Tł: 35,1 W: 445,9 W tym cukry: 41,1 Bł: 40,4 Sól: 7</b>						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9), Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z papryką (1 szt/1,6,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2822,3 kcal B: 128,1 T: 83,5 Kw. Tł: 34,8 W: 436,1 W tym cukry: 48,2 Bł: 44,6 Sól: 9,8</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						



21.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z porów (100 g/ <b>7</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/ <b>1</b> ), chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2576,6 kcal B: 98,3 T: 84,3 Kw. Tł: 35,2 W: 399,2 W tym cukry: 44,1 Bł: 47,6 Sól: 7,4</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka z indyka (60 g/ <b>6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/ <b>7</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,7</b> ) chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2436,9 kcal B: 119,7 T: 82,6 Kw. Tł: 24,8 W: 347,3 W tym cukry: 33,7 Bł: 47 Sól: 6,9</b>						
Bogatorzeszkowa	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z porów (100 g/ <b>7</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/ <b>1</b> ), chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2753,6 kcal B: 106,6 T: 88,5 Kw. Tł: 37,4 W: 428,6 W tym cukry: 50,6 Bł: 50,6 Sól: 7,6</b>						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z porów (100 g/ <b>7</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2542,9 kcal B: 103,8 T: 80,9 Kw. Tł: 32,1 W: 388,6 W tym cukry: 43,7 Bł: 43,4 Sól: 7,1</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego	Szynka z indyka (60 g/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 jaglany (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), 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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2777,6 kcal B: 134,6 T: 78,6 Kw. Tł: 29,5 W: 415 W tym cukry: 34,9 Bł: 35 Sól: 6</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/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 z kurczaka pieczone (140 g), 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)	Ser topiony (1 szt/1,7) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2333,4 kcal B: 112 T: 76 Kw. Tł: 28,3 W: 330,5 W tym cukry: 30,3 Bł: 32,5 Sól: 6,4</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/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 z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2278,2 kcal B: 108,5 T: 76,4 Kw. Tł: 28,4 W: 321,7 W tym cukry: 32,9 Bł: 35,2 Sól: 5,6</b>						
Niskobiałkowa	Kasza jęczmienna z warzywami (350 g/1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pierogi z truskawkami (350 g/8 szt/1,3), 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)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2151 kcal B: 49,5 T: 51,9 Kw. Tł: 28,2 W: 408,5 W tym cukry: 59,4 Bł: 40,9 Sól: 3,6</b>						

<b>Bezsolna</b>	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 z kurczaka pieczone (140 g), 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)	Miód (25 g) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2300,4 kcal B: 112,1 T: 66,6 Kw. Tł: 22,9 W: 343,1 W tym cukry: 38,6 Bł: 33,2 Sól: 4,1</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	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 jaglany (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone mielone (140 g), 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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2965,2 kcal B: 127,6 T: 89,4 Kw. Tł: 30,1 W: 443,4 W tym cukry: 37 Bł: 36,7 Sól: 5,9</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka z indyka (60 g/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 jaglany (450 ml/9) Udko z kurczaka pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2830,4 kcal B: 138,8 T: 82,6 Kw. Tł: 31,7 W: 417,4 W tym cukry: 39,3 Bł: 37,7 Sól: 5,5</b>						
<b>Poloźnice</b>	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/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 porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3158,6 kcal B: 133,7 T: 95,4 Kw. Tł: 40,3 W: 480,4 W tym cukry: 64,2 Bł: 44,6 Sól: 8,1</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 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 porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany bez mięsa (300 g/1), chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2479,9 kcal B: 84,9 T: 67,4 Kw. Tł: 25,5 W: 425,6 W tym cukry: 46,2 Bł: 50 Sól: 5,7</b>						

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/ <b>1,7</b> )	Bigos gotowany (300 g/ <b>1</b> ), chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 3148,6 kcal B: 123,7 T: 89,5 Kw. Tł: 37 W: 503,5 W tym cukry: 61,4 Bł: 46,6 Sól: 7,1</b>						
<b>Dzieci</b>	Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z porów (100 g/ <b>7</b> ), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (150 g/ <b>7</b> )	Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 3096,1 kcal B: 133,1 T: 100,6 Kw. Tł: 44,2 W: 453,8 W tym cukry: 61,2 Bł: 44,1 Sól: 7,7</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

22.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )
<b>E: 2629,1 kcal B: 114,5 T: 72 Kw. Tł: 29,5 W: 413,8 W tym cukry: 58,8 Bł: 37,2 Sól: 5,3</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2251,9 kcal B: 101,9 T: 59,4 Kw. Tł: 20,7 W: 365,9 W tym cukry: 46,2 Bł: 42,8 Sól: 5,4</b>						
Bogatoresztkowa	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )
<b>E: 2737,1 kcal B: 122,2 T: 75,6 Kw. Tł: 31,6 W: 425 W tym cukry: 60,6 Bł: 37,2 Sól: 5,6</b>						
Lekkostrawna	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )

<b>E: 2477,7 kcal B: 118,3 T: 61,9 Kw. Tł: 26,9 W: 394 W tym cukry: 59,4 Bł: 36,7 Sól: 5</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydzieli. soku żółciowego	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2554,3 kcal B: 122,9 T: 61,2 Kw. Tł: 29,1 W: 400,5 W tym cukry: 54,7 Bł: 26,9 Sól: 5,9</b>						
Ubogoresztkowa , z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2329,6 kcal B: 113,3 T: 55,6 Kw. Tł: 25,8 W: 366 W tym cukry: 55,6 Bł: 26,1 Sól: 5,6</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2298,6 kcal B: 111,8 T: 55,9 Kw. Tł: 25,9 W: 360,6 W tym cukry: 56,9 Bł: 27,8 Sól: 4,8</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Placki jarzynowe smażone (350 g/1,3,9), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
<b>E: 2166,6 kcal B: 42,1 T: 29,1 Kw. Tł: 9,8 W: 467,2 W tym cukry: 88,1 Bł: 38,7 Sól: 2,4</b>						

<b>Bezsolna</b>	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2365,5 kcal B: 125,4 T: 52,5 Kw. Tł: 24,6 W: 374,5 W tym cukry: 55,5 Bł: 30,8 Sól: 4,4</b>						
<b>Papkowata, półpiynna</b>	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (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)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2606,5 kcal B: 118,5 T: 67,3 Kw. Tł: 29,8 W: 408,2 W tym cukry: 53,9 Bł: 30,3 Sól: 5,2</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa (450 ml/ 1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ryż na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2631,3 kcal B: 129,1 T: 65,1 Kw. Tł: 31,3 W: 406,3 W tym cukry: 57,8 Bł: 28,6 Sól: 5,3</b>						
<b>Polożnice</b>	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa (450 ml/1,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2793,4 kcal B: 123,2 T: 75,6 Kw. Tł: 31,1 W: 436,9 W tym cukry: 62 Bł: 37,5 Sól: 5,9</b>						

Bezmięsne	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (100 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>6,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )
<b>E: 2620 kcal B: 108 T: 77,9 Kw. Tł: 25,2 W: 407,2 W tym cukry: 61,3 Bł: 43,8 Sól: 4,9</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )	Serek naturalny (150 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2942 kcal B: 123,2 T: 86 Kw. Tł: 39 W: 446,5 W tym cukry: 57,3 Bł: 32,6 Sól: 5,8</b>						
Dzieci	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z makaronem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/ <b>1,3,7</b> )	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )
<b>E: 2884 kcal B: 127 T: 68,9 Kw. Tł: 27,7 W: 473,6 W tym cukry: 72 Bł: 40,4 Sól: 5</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						



23.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2610,5 kcal B: 112 T: 75,9 Kw. Tł: 24,7 W: 401,5 W tym cukry: 74,7 Bł: 36,2 Sól: 4,6</b>						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Chleb razowy (100 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Rzodkiewka (40 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), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) 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 insulinowy)
<b>E: 2499,6 kcal B: 103,5 T: 82,1 Kw. Tł: 21,1 W: 380,1 W tym cukry: 26,7 Bł: 48,8 Sól: 6,1</b>						
Bogatorazunkowa	Sok pomidorowy (330 ml), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	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), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2653,4 kcal B: 114,6 T: 76,2 Kw. Tł: 24,8 W: 410,1 W tym cukry: 75,3 Bł: 37,5 Sól: 5,6</b>						
Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2610,5 kcal B: 112 T: 75,9 Kw. Tł: 24,7 W: 401,5 W tym cukry: 74,7 Bł: 36,2 Sól: 4,6</b>						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), 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 jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2777,7 kcal B: 119,8 T: 73,9 Kw. Tł: 25,1 W: 435,8 W tym cukry: 51,8 Bł: 31,1 Sól: 4,9</b>						
Ubogoenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2593,4 kcal B: 111,8 T: 70,4 Kw. Tł: 26,6 W: 406,1 W tym cukry: 71,3 Bł: 32,9 Sól: 4</b>						
Ubogoresztkowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2624,4 kcal B: 113,3 T: 70,1 Kw. Tł: 23,6 W: 411,5 W tym cukry: 70 Bł: 31,2 Sól: 4,8</b>						
Z ogr. tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek waniliowy (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2535,3 kcal B: 110,1 T: 53,1 Kw. Tł: 25,5 W: 429,7 W tym cukry: 86,1 Bł: 31,1 Sól: 4,3</b>						

Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), szpinak gotowany (170 g/1), 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)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2087,7 kcal B: 47,4 T: 44,2 Kw. Tł: 16,4 W: 409,6 W tym cukry: 36,5 Bł: 38 Sól: 4,1</b>						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/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)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2624,4 kcal B: 113,3 T: 70,1 Kw. Tł: 23,6 W: 411,5 W tym cukry: 70 Bł: 31,2 Sól: 4,8</b>						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), 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 jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2676,8 kcal B: 113,9 T: 72,3 Kw. Tł: 26,1 W: 425,9 W tym cukry: 39,1 Bł: 36,4 Sól: 5,3</b>						
Bogatobiałkowa	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Bułka pszenna (100 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	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), 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 jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2927,5 kcal B: 123,5 T: 87,9 Kw. Tł: 29,2 W: 445,2 W tym cukry: 37,2 Bł: 40,8 Sól: 5,1</b>						
Późnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (330 ml)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)

<b>E: 2871,9 kcal B: 118,7 T: 81,7 Kw. Tł: 25,5 W: 448,5 W tym cukry: 91,8 Bł: 38,2 Sól: 5,9</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2610,5 kcal B: 112 T: 75,9 Kw. Tł: 24,7 W: 401,5 W tym cukry: 74,7 Bł: 36,2 Sól: 4,6</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (120 g/1), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6), Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2965,8 kcal B: 124,7 T: 85 Kw. Tł: 27,2 W: 457,9 W tym cukry: 69 Bł: 36,4 Sól: 4,2</b>						
<b>Dzieci</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (100 g/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/1,3,7)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Maślanka (1 szt/7)
<b>E: 2916,2 kcal B: 125,3 T: 84,6 Kw. Tł: 27 W: 445,4 W tym cukry: 84,8 Bł: 37,2 Sól: 4,7</b>						
<b>Alergeny: 1. gluten, 2. skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

24.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), 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 kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2537 kcal B: 100,5 T: 95,9 Kw. Tf: 38,5 W: 354,1 W tym cukry: 25,3 Bf: 39,3 Sól: 10</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2334,7 kcal B: 99,1 T: 70,8 Kw. Tf: 20,8 W: 365,7 W tym cukry: 21,8 Bf: 44,8 Sól: 9,8</b>						
Bogatoresztkowa	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), 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 kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2645 kcal B: 108,2 T: 99,5 Kw. Tf: 40,6 W: 365,3 W tym cukry: 27,1 Bf: 39,3 Sól: 10,3</b>						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2411 kcal B: 100,4 T: 79,1 Kw. Tf: 28,9 W: 360,2 W tym cukry: 25,3 Bf: 39,3 Sól: 8,8</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. 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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 2803,7 kcal B:122,5 T: 76,4 Kw. Tł: 30,5 W: 443,6 W tym cukry: 29,7 Bł: 40,9 Sól: 6,5</b>						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2251,6 kcal B: 95,8 T: 64,4 Kw. Tł: 22,8 W: 357,6 W tym cukry: 27,2 Bł: 39,3 Sól: 5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)/ <u>dieta niskotłuszczowa:</u> serek waniliowy (150 g/7)
<b>Ubogoresztkowa: E: 2144,4 kcal B: 79,6 T: 59,1 Kw. Tł: 19,8 W: 357 W tym cukry: 24,7 Bł: 37 Sól: 5,9</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu: E: 2207,5 kcal B: 82,5 T: 63,3 Kw. Tł: 24,7 W: 359,1 W tym cukry: 40,8 Bł: 35,5 Sól: 5,6</b>						
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)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Kasza jęczmienna z warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2164,5 kcal B: 50,2 T: 29,2 Kw. Tł: 10,7 W: 467 W tym cukry: 71,9 Bł: 47,2 Sól: 2,7</b>						

<b>Bezsolna</b>	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2092,8 kcal B: 57,1 T: 43 Kw. Tł: 14,5 W: 401,6 W tym cukry: 60,7 Bł: 36,5 Sól: 2,7</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 2981,6 kcal B: 119,1 T: 85,4 Kw. Tł: 30,4 W: 470,4 W tym cukry: 31,8 Bł: 42,6 Sól: 6,1</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	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)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka konserwowa (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 3052,7 kcal B: 135,2 T: 84,4 Kw. Tł: 34,9 W: 480 W tym cukry: 40,4 Bł: 46,2 Sól: 5,9</b>						
<b>Położnice</b>	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3197 kcal B: 130 T: 122,3 Kw. Tł: 51,5 W: 432,1 W tym cukry: 41,9 Bł: 41,4 Sól: 10,9</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Kaszotto jęczmienne z kostką sojową (350 g/1,6,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), 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 kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2681,9 kcal B: 102,3 T: 90,2 Kw. Tł: 30,5 W: 409,5 W tym cukry: 30,2 Bł: 50,5 Sól: 9,8</b>						

<b>D.</b> ubogobakteryjne podstawowe	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/ <b>1,7</b> )	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 3195,7 kcal B: 123,2 T: 113,5 Kw. Tł: 50,8 W: 460,9 W tym cukry: 45,7 Bł: 44,4 Sól: 7,5</b>						
<b>Dzieci</b>	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kasza jęczmienna z sosem z mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>9</b> ), surówka z kapusty białej (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo- warzywny (200 ml)	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2879 kcal B: 120,5 T: 90,6 Kw. Tł: 34,7 W: 436,9 W tym cukry: 53,5 Bł: 45,3 Sól: 9,5</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						



25.02.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) + chleb (50g/ <b>1</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2528,4 kcal B: 88,4 T: 93,3 Kw. Tł: 26,6 W: 369,1 W tym cukry: 55,9 Bł: 38,1 Sól: 9</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2480,3 kcal B: 93,3 T: 81,2 Kw. Tł: 19,1 W: 387,9 W tym cukry: 31,3 Bł: 50,2 Sól: 9,9</b>						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2636,4 kcal B: 96,1 T: 96,9 Kw. Tł: 28,8 W: 380,3 W tym cukry: 57,7 Bł: 38,1 Sól: 9,2</b>						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)

<b>E: 2372,1 kcal B: 90,8 T: 77,5 Kw. Tł: 22 W: 363,4 W tym cukry: 56,8 Bł: 38,9 Sól: 8,9</b>						
<b>z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2564,5 kcal B: 126,3 T: 70,9 Kw. Tł: 29 W: 385,6 W tym cukry: 43,4 Bł: 33,7 Sól: 6</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1954 kcal B: 85,5 T: 50,2 Kw. Tł: 17,8 W: 319,5 W tym cukry: 61,9 Bł: 33,3 Sól: 4,3</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2009,2 kcal B: 88,9 T: 49,8 Kw. Tł: 17,7 W: 328,3 W tym cukry: 59,3 Bł: 30,6 Sól: 5,1</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2009,2 kcal B: 88,9 T: 49,8 Kw. Tł: 17,7 W: 328,3 W tym cukry: 59,3 Bł: 30,6 Sól: 5,1</b>						

Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3) Buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałotka jarzynowa (200 g/9,10), bułka parówka 9120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 1785,4 kcal B: 38,1 T: 42,1 Kw. Tł: 9,4 W: 330,4 W tym cukry: 62,7 Bł: 33,6 Sól: 3,4</b>						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9) Bułka parówka (120 g/ 1) Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2040,3 kcal B: 99,2 T: 48,3 Kw. Tł: 17 W: 330,6 W tym cukry: 59,8 Bł: 32 Sól: 3,9</b>						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/ 1) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2739,4 kcal B: 135,7 T: 84,6 Kw. Tł: 37,8 W: 389,8 W tym cukry: 43,1 Bł: 33,7 Sól: 4,9</b>						
Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2648,3 kcal B: 132 T: 74,6 Kw. Tł: 31,1 W: 393,5 W tym cukry: 46,5 Bł: 34,6 Sól: 6,3</b>						

Pożożnice	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 3137,7 kcal B: 118,3 T: 109,3 Kw. Tł: 36,7 W: 456,4 W tym cukry: 79,4 Bł: 39,2 Sól: 9,9</b>						
Beźmięsne	Serek naturalny (150 g/ <b>7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2284,5 B: 74,7 T: 79,9 Kw. Tł: 25,7 W: 349,3 W tym cukry: 55,1 Bł: 35,3 Sól: 6,4</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Pasta mięsno warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1,7</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2980,8 kcal B: 131,7 T: 97 Kw. Tł: 38,8 W: 424,7 W tym cukry: 65,6 Bł: 32,4 Sól: 7,3</b>						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na ml (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +chleb (50g/ <b>1</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1,7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2540,1 kcal B: 94,5 T: 80,1 Kw. Tł: 24,4 W: 395,9 W tym cukry: 77,5 Bł: 39 Sól: 9</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

Sporządził: W. S./K.M./K.W.