

18.03.2024						
	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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (100 g/7), 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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
E: 2766,2 kcal B: 98,6 T: 80,9 Kw. Tł: 29,8 W: 457,4 W tym cukry: 72,7 Bł: 50,6 Sól: 5,2						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/3) , Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż brązowy z filetem drobiowym i warzywami gotowanymi (350 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Polędwica sopočka (60 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
E: 2422 kcal B: 103,6 T: 72 Kw. Tł: 23 W: 391,1 W tym cukry: 41,5 Bł: 55,2 Sól: 4,7						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (100 g/7), 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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
E: 2874,2 kcal B: 106,3 T: 84,5 Kw. Tł: 32 W: 468,6 W tym cukry: 74,5 Bł: 50,6 Sól: 5,5						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (100 g/7), 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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
E: 2712,7 kcal B: 91,4 T: 78 Kw. Tł: 29 W: 453,3 W tym cukry: 71,4 Bł: 46 Sól: 5,2						

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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2809,1 kcal B: 105,2 T: 77,9 Kw. Tł: 29,5 W: 457,2 W tym cukry: 45,9 Bł: 38,8 Sól: 4,5						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kefir (1 szt/7)
E: 2541,8 kcal B: 90,2 T: 72,2 Kw. Tł: 26,6 W: 419,5 W tym cukry: 57,4 Bł: 40,1 Sól: 3						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kefir (1 szt/7)
E: 2577,8 kcal B: 93,4 T: 72 Kw. Tł: 26,6 W: 423,7 W tym cukry: 55 Bł: 37,9 Sól: 4,1						
Z ogr. tłuszczu	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kefir (1 szt/7)
E: 2505,8 kcal B: 95,5 T: 69,8 Kw. Tł: 26,5 W: 405,4 W tym cukry: 50,6 Bł: 34,9 Sól: 5,2						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Miód (25 g), pieczywo (30 g/1)

E: 1835,5 kcal B: 51 T: 33,6 Kw. Tł: 14,4 W: 377,6 W tym cukry: 47,8 Bł: 48,6 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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kefir (1 szt/7)
E: 2577,8 kcal B: 93,4 T: 72 Kw. Tł: 26,6 W: 423,7 W tym cukry: 55 Bł: 37,9 Sól: 4,1						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2966 kcal B: 112,8 T: 92 Kw. Tł: 36,8 W: 457,6 W tym cukry: 45,9 Bł: 38,8 Sól: 4,7						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (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)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2989,1 kcal B: 117,4 T: 85,3 Kw. Tł: 33,8 W: 475,4 W tym cukry: 51,9 Bł: 41 Sól: 4						
Polożnice	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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (100 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
E: 3041,2 kcal B: 111,1 T: 92,1 Kw. Tł: 37,9 W: 484 W tym cukry: 89,7 Bł: 46 Sól: 5,6						
Bezmięsne	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 kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9), surówka z porów (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) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)

E: 2495,6 kcal B: 89,4 T: 50 Kw. Tł: 18,9 W: 475,7 W tym cukry: 75,3 Bł: 58,9 Sól: 4,9						
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 kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/ 9), sos pomidorowy (100 ml/ 1,7), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ 7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
E: 3113,3 kcal B: 112,6 T: 95,2 Kw. Tł: 38,6 W: 491,5 W tym cukry: 73,8 Bł: 43,7 Sól: 4						
Dzieci	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 kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/ 9), surówka z marchwi i jabłka (100 g/ 9), surówka z porów (100 g/ 7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ 7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/ 7)
E: 2933,2 kcal B: 103,4 T: 88,5 Kw. Tł: 35,8 W: 472,8 W tym cukry: 87,9 Bł: 46 Sól: 5,4						
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.						

19.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	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)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2384 kcal B: 91,3 T: 84,3 Kw. Tł: 25,9 W: 348,9 W tym cukry: 36 Bł: 34,4 Sól: 8,8						
Z ogr. tłuszczu 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)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 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, rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Pasztet sojowy (1 szt/3,6,9), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2426,1 kcal B: 103,7 T: 76,9 Kw. Tł: 22,9 W: 369,8 W tym cukry: 34,8 Bł: 40,3 Sól: 9,6						
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)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2492 kcal B: 99 T: 87,9 Kw. Tł: 28 W: 360,1 W tym cukry: 37,8 Bł: 34,4 Sól: 9,1						
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)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 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, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2228,8 kcal B: 103,3 T: 69,3 Kw. Tł: 24,5 W: 336,7 W tym cukry: 33,8 Bł: 36,1 Sól: 7,2						
Z ogr. s. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryz na mleku (450 ml/7)
E: 2606,9 kcal B: 129,6 T: 78,3 Kw. Tł: 33,2 W: 378,1 W tym cukry: 31,2 Bł: 29,6 Sól: 5						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2122,8 kcal B: 102,4 T: 60,5 Kw. Tł: 22,5 W: 321,7 W tym cukry: 28,7 Bł: 32,9 Sól: 4,7						
Ubogenergetyczna	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2043,9 kcal B: 99 T: 61 Kw. Tł: 22,9 W: 307 W tym cukry: 30,7 Bł: 29,7 Sól: 4,5						
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) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2097,8 kcal B: 42,1 T: 39 Kw. Tł: 12,2 W: 422,8 W tym cukry: 56,6 Bł: 32,6 Sól: 2,9						
Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2057,7 kcal B: 98,2 T: 59 Kw. Tł: 22 W: 313,3 W tym cukry: 29 Bł: 32,9 Sól: 5						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
E: 2606,9 kcal B: 129,6 T: 78,3 Kw. Tł: 33,2 W: 378,1 W tym cukry: 31,2 Bł: 29,6 Sól: 5						

Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
E: 2709,9 kcal B: 135,6 T: 81,8 Kw. Tł: 35,4 W: 390,5 W tym cukry: 34,1 Bł: 30,1 Sól: 5,1						
Położnice	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 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, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2752 kcal B: 129,9 T: 87,4 Kw. Tł: 32,9 W: 397,3 W tym cukry: 37,3 Bł: 34,1 Sól: 8,9						
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)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9), Placki sojowe pieczone (350 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel stodka chwila (1 szt)
E: 2482,2 kcal B: 98,8 T: 88,6 Kw. Tł: 23,7 W: 367,7 W tym cukry: 39,8 Bł: 45,7 Sól: 9						
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) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
E: 2776,8 kcal B: 132,3 T: 85,1 Kw. Tł: 35 W: 403,6 W tym cukry: 34,2 Bł: 31,3 Sól: 6,6						
Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), kajzerka z ziarnami (100 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/7,9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
E: 2738,1 kcal B: 149,5 T: 77,6 Kw. Tł: 29,1 W: 397,4 W tym cukry: 61,7 Bł: 35,3 Sól: 7,6						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.rzyby 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.						

20.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), 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 kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/1), Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2477,2 kcal B: 95 T: 69,9 Kw. Tf: 26 W: 409,4 W tym cukry: 45,8 Bf: 47,1 Sól: 6						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz z soczewicą (450 ml/ 1,7,9), Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (80 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
E: 2522,6 kcal B: 136,2 T: 81,2 Kw. Tf: 26,7 W: 359,2 W tym cukry: 33,1 Bf: 50,9 Sól: 6,3						
Bogatoresztkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), 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) 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 kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany (300 g/1), Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2654,2 kcal B: 103,3 T: 74,1 Kw. Tf: 28,2 W: 438,8 W tym cukry: 52,3 Bf: 50,1 Sól: 6,3						
Lekkostrawna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), 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 kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2447,6 kcal B: 100,4 T: 66,6 Kw. Tf: 22,9 W: 400,4 W tym cukry: 45,5 Bf: 43,6 Sól: 4,9						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka(120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2802,6 kcal B: 132,8 T: 78,6 Kw. Tf: 30,1 W: 425,6 W tym cukry: 36,8 Bf: 38,5 Sól: 6,2						
Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2218,2 kcal B: 101,4 T: 62,2 Kw. Tf: 20,9 W: 344,1 W tym cukry: 35,6 Bf: 34,4 Sól: 5,4						
Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2182,2 kcal B: 98,2 T: 62,4 Kw. Tf: 20,9 W: 339,9 W tym cukry: 38 Bf: 36,6 Sól: 4,3						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (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)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2162,8 kcal B: 41 T: 53,8 Kw. Tf: 32 W: 408,9 W tym cukry: 68 Bf: 33,7 Sól: 4,3						
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 ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2284,6 kcal B: 110,5 T: 64 Kw. Tf: 22,7 W: 347,4 W tym cukry: 35,3 Bf: 34,4 Sól: 4,1						

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) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane mielone w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) 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: 2978,6 kcal B: 128,2 T: 87,3 Kw. Tł: 29,9 W: 454,1 W tym cukry: 38,9 Bł: 40,2 Sól: 6						
Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) l/7)
E: 2874,6 kcal B: 137,3 T: 82,4 Kw. Tł: 32,3 W: 432,6 W tym cukry: 41 Bł: 40,7 Sól: 5,4						
Polożnice	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna 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 kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 3102,5 kcal B: 128,9 T: 91,1 Kw. Tł: 35,6 W: 480,7 W tym cukry: 61,8 Bł: 44,3 Sól: 5,7						
Beźmięsne	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 kapusty włoskiej (100 g/9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos gotowany bez mięsa (300 g/1), Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2447,2 kcal B: 80,1 T: 58,8 Kw. Tł: 18,4 W: 435,4 W tym cukry: 47,2 Bł: 43,8 Sól: 5,7						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna 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)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Bigos gotowany (300 g/1), Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 3224,7 kcal B: 125,8 T: 95,5 Kw. Tł: 39,9 W: 510,2 W tym cukry: 58,2 Bł: 49,9 Sól: 7						

Dzień	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 7) Kasza manna na mleku (400 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 kapusty włoskiej (100 g/ 9), surówka z marchwi i chrzanu (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ 7)	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Soczek owocowy (1 szt)
E: 2926 kcal B: 125,2 T: 79,1 Kw. Tł: 30,1 W: 468,4 W tym cukry: 58,6 Bł: 45,2 Sól: 5,5						
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.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

21.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pomidorowa z makaronem (450 ml/1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2673 kcal B: 114,3 T: 74 Kw. Tł: 31,1 W: 421,2 W tym cukry: 59,9 Bł: 39,2 Sól: 8,4						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2189,8 kcal B: 103,1 T: 55 Kw. Tł: 19,4 W: 356 W tym cukry: 49 Bł: 41,1 Sól: 9,8						
Bogatoresztkowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pomidorowa z makaronem (450 ml/1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2781 kcal B: 122 T: 77,6 Kw. Tł: 33,2 W: 432,4 W tym cukry: 61,7 Bł: 39,2 Sól: 9						
Lekkostrawna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Pomidorowa z makaronem (450 ml/1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2521,6 kcal B: 118,1 T: 63,9 Kw. Tł: 28,5 W: 401,4 W tym cukry: 60,5 Bł: 38,7 Sól: 8,4						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Owsianka (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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
E: 2554,6 kcal B: 126 T: 62 Kw. Tł: 28,9 W: 398,7 W tym cukry: 55,3 Bł: 30,3 Sól: 6,5						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Owsianka (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)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
Ubogoresztkowa E: 2389,3 kcal B: 116,9 T: 59,5 Kw. Tł: 27,6 W: 372,3 W tym cukry: 54,7 Bł: 30,9 Sól: 6,7 Z ograniczeniem tłuszczu E: 2389,3 kcal B: 116,9 T: 59,5 Kw. Tł: 27,6 W: 372,3 W tym cukry: 54,7 Bł: 30,9 Sól: 6,7						
Ubogoenergetyczna	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Owsianka (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)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2358,3 kcal B: 115,4 T: 59,8 Kw. Tł: 27,7 W: 366,9 W tym cukry: 56 Bł: 32,6 Sól: 5,9						
Niskobiałkowa	Ryż z truskawkami (350 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9), Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 1817 kcal B: 43,2 T: 28,6 Kw. Tł: 9,4 W: 378,3 W tym cukry: 88,9 Bł: 35,8 Sól: 2,2						

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) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Owsianka (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)	Miód (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2377,6 kcal B: 120,2 T: 51,3 Kw. Tł: 22,9 W: 390,5 W tym cukry: 63,3 Bł: 36,2 Sól: 4,9						
Papkowata, półpłynna	Paszтет drobiowy (50 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Owsianka (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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
E: 2615,2 kcal B: 120,4 T: 70 Kw. Tł: 30,3 W: 406,1 W tym cukry: 54,3 Bł: 33,7 Sól: 5,6						
Bogatobiałkowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (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)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
E: 2631,6 kcal B: 132,2 T: 65,9 Kw. Tł: 31,1 W: 404,5 W tym cukry: 58,4 Bł: 32 Sól: 5,9						
Późnice	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pomidorowa z makaronem (450 ml/1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), buraczki gotowane (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb pszenny (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Ser żółty (30 g/7), chleb pszenny (30 g/1)
E: 2940,9 kcal B: 125,5 T: 84,2 Kw. Tł: 34,9 W: 453,1 W tym cukry: 63,5 Bł: 39,2 Sól: 9,9						

Bezmięsne	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/ 1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ 9), buraczki gotowane (100 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb pszenny (120 g/ 1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Ser żółty (30 g/ 7), chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 2940,9 kcal B: 125,5 T: 84,2 Kw. Tł: 34,9 W: 453,1 W tym cukry: 63,5 Bł: 39,2 Sól: 9,9						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pomidorowa z makaronem (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)	Krakersy (35 g/ 1,7)	Serek naturalny (150 g/ 7) Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 3024,4 kcal B: 91,8 Kw. Tł: 40,8 W: 450,7 W tym cukry: 57,8 Bł: 32,1 Sól: 7						
Dzieci	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pomidorowa z makaronem (450 ml/ 1,7,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ 9), buraczki gotowane (100 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb pszenny (120 g/ 1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Ser żółty (30 g/ 7), chleb pszenny (30 g/ 1)
E: 2695,6 kcal B: 123,9 T: 71,7 Kw. Tł: 33,8 W: 422,2 W tym cukry: 75,1 Bł: 40,7 Sól: 8,5						
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.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

22.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2287,8 kcal B: 78,3 T: 53,7 Kw. Tł: 23,6 W: 404,4 W tym cukry: 74,7 Bł: 37,3 Sól: 4,5						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/1,7,9) Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Ser żółty (70 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
E: 2331,4 kcal B: 85,9 T: 80,1 Kw. Tł: 25,7 W: 358,6 W tym cukry: 28,2 Bł: 49,2 Sól: 6,8						
Bogatorazunkowa	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2395,8 kcal B: 86 T: 57,3 Kw. Tł: 25,7 W: 415,6 W tym cukry: 76,5 Bł: 37,3 Sól: 4,8						
Lekkostrawna	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2287,8 kcal B: 78,3 T: 53,7 Kw. Tł: 23,6 W: 404,4 W tym cukry: 74,1 Bł: 37,3 Sól: 4,5						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2554,4 kcal B: 96,8 T: 60,5 Kw. Tł: 27,9 W: 435,5 W tym cukry: 52,2 Bł: 35,3 Sól: 4,2						

Ubogoenergetyczna	Dżem (25 g) Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2265,7 kcal B: 68,5 T: 45,3 Kw. Tł: 20,7 W: 405,3 W tym cukry: 70,4 Bł: 35,9 Sól: 2,7						
Ubogoresztkowa	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2296,7 kcal B: 70 T: 45 Kw. Tł: 20,7 W: 410,7 W tym cukry: 69,1 Bł: 34,2 Sól: 3,5						
Z ogr. tłuszczu	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek waniliowy (150 g/ 7), Bułka parówka (120 g/ 1), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2359,8 kcal B: 81,9 T: 47,2 Kw. Tł: 21,9 W: 430,1 W tym cukry: 85,6 Bł: 34,2 Sól: 3,7						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pyzy bez mięsa gotowane (350 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Naleśniki z dżemem (200 g/ 1,3,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2032,7 kcal B: 37,9 T: 41 Kw. Tł: 10,7 W: 410,6 W tym cukry: 72,1 Bł: 29,1 Sól: 2						
Bezsolna	Dżem (25 g), bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2296,7 kcal B: 77,5 T: 50,9 Kw. Tł: 22,5 W: 411,1 W tym cukry: 69,1 Bł: 34,2 Sól: 3,7						
Papkowata, półpłynna	Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2706,6 kcal B: 104,5 T: 73,8 Kw. Tł: 25,4 W: 436,3 W tym cukry: 52,6 Bł: 35,3 Sól: 4,6						

Bogatobiałkowa	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2814,1 kcal B: 109,1 T: 70,4 Kw. Tł: 29,7 W: 472,6 W tym cukry: 42,5 Bł: 43,7 Sól: 4,7						
Położnice	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2607,3 kcal B: 89,4 T: 62,7 Kw. Tł: 26,4 W: 452,5 W tym cukry: 92,8 Bł: 37,3 Sól: 5,1						
Bezmięsne	Dżem (25 g) Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2287,8 kcal B: 78,3 T: 53,7 Kw. Tł: 23,6 W: 404,4 W tym cukry: 74,7 Bł: 37,3 Sól: 4,5						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/ 1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2712,9 kcal B: 99,1 T: 69,7 Kw. Tł: 29,6 W: 452,4 W tym cukry: 69,2 Bł: 35,8 Sól: 3,6						
Dzieci	Dżem (25 g), Rogal maślany (100 g/ 1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Pejzanka (450 ml/ 1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), surówka z marchwi i jabłka (100 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (150 g/ 1,3,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Ogórek kiszony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2593,6 kcal B: 91,6 T: 62,5 Kw. Tł: 25,8 W: 448,3 W tym cukry: 84,9 Bł: 38,3 Sól: 4,6						
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.						

23.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 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 (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2610,8 kcal B: 102,2 T: 94 Kw. Tł: 33 W: 373,2 W tym cukry: 32,7 Bł: 37 Sól: 6,4						
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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z filetem drobiowym duszonym i warzywami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6, mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g)(dodatek)
E: 2406,6 kcal B: 106,7 T: 63 Kw. Tł: 17 W: 391,8 W tym cukry: 22,3 Bł: 43,5 Sól: 8,6						
Bogatoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 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 (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2718,8 kcal B: 109,9 T: 97,6 Kw. Tł: 35,1 W: 384,4 W tym cukry: 34,5 Bł: 37 Sól: 6,7						
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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 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 (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2610,8 kcal B: 102,2 T: 94 Kw. Tł: 33 W: 373,2 W tym cukry: 32,7 Bł: 37 Sól: 6,4						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Twarożek (100 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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2879,8 kcal B: 132 T: 77,1 Kw. Tł: 30,2 W: 446 W tym cukry: 29,7 Bł: 35,7 Sól: 5,3						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2397,4 kcal B: 100,4 T: 71,3 Kw. Tł: 27,2 W: 370,1 W tym cukry: 30,3 Bł: 35,6 Sól: 4,1						
Ubogoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2290,3 kcal B: 84,3 T: 66 Kw. Tł: 24,1 W: 369,6 W tym cukry: 27,9 Bł: 33,3 Sól: 5,1						
Z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2290,3 kcal B: 84,3 T: 66 Kw. Tł: 24,1 W: 369,6 W tym cukry: 27,9 Bł: 33,3 Sól: 5,1						
Niskobiałkowa	Krupnik ryżowy (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/9) Makaron z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 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)	Dżem (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2055,6 kcal B: 58,5 T: 34,6 Kw. Tł: 14,9 W: 423,4 W tym cukry: 43,3 Bł: 50 Sól: 3,4						

Bezsolna	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2151,3 kcal B: 76,1 T: 52,3 Kw. Tł: 16 W: 371,9 W tym cukry: 31,3 Bł: 31,8 Sól: 3,8						
Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2934 kcal B: 133,2 T: 80,4 Kw. Tł: 31,3 W: 451,6 W tym cukry: 29,7 Bł: 36,1 Sól: 5,3						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7), Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron spaghetti z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (500 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2963,6 kcal B: 137,8 T: 80,8 Kw. Tł: 32,3 W: 453,8 W tym cukry: 32,8 Bł: 36,6 Sól: 5,6						
Położnice	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo-warzywny (1 szt)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 3126,5 kcal B: 129,6 T: 95 Kw. Tł: 36,1 W: 477,4 W tym cukry: 62,5 Bł: 43,1 Sól: 7,6						
Bezmięsne	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem sojowo-warzywnym (350 g/1,6,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2340,6 kcal B: 96,7 T: 56,7 Kw. Tł: 20,7 W: 407,2 W tym cukry: 36,1 Bł: 50,8 Sól: 6,4						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo- warzywny (1 szt)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 3201,1 kcal B: 130,4 T: 105,4 Kw. Tł: 42,1 W: 471,1 W tym cukry: 59,3 Bł: 41,6 Sól: 5						
Dzieci	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Makaron razowy z sosem z mięsem wieprzowym duszonym i jarzynami gotowanymi (350 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Soczek owocowo- warzywny (1 szt)	Karczek pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 3073 kcal B: 121,8 T: 104,2 Kw. Tł: 38,5 W: 450,6 W tym cukry: 60,6 Bł: 41,8 Sól: 7,1						
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.tubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

24.03.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9), Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 2400,3 kcal B: 87,1 T: 92,6 Kw. Tł: 26,5 W: 336,1 W tym cukry: 46,1 Bł: 33,6 Sól: 9,3						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (40 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 buraka i jabłka (100 g/ 9), sałatka z marchwi i ogórka (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, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9), chleb razowy (90 g/ 1,6), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2276,9 kcal B: 98,8 T: 64,4 Kw. Tł: 18 W: 361,2 W tym cukry: 34,4 Bł: 42,4 Sól: 7,7						
Bogatoresztkowa	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9), Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 2508,3 kcal B: 94,8 T: 96,2 Kw. Tł: 28,6 W: 347,3 W tym cukry: 47,9 Bł: 33,6 Sól: 9,6						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ 9), sałatka z marchwi i ogórka (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, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 2057,6 kcal B: 90,8 T: 57,7 Kw. Tł: 19,8 W: 325,6 W tym cukry: 42,7 Bł: 35,9 Sól: 7,2						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka konserwowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Ryz na mleku (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)		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)

E: 2563,9 kcal B: 125,1 T: 70,2 Kw. Tł: 28,8 W: 387,8 W tym cukry: 43,4 Bł: 33,4 Sól: 6						
Ubogoenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	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)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1861,3 kcal B: 86,3 T: 48,6 Kw. Tł: 16,8 W: 299,8 W tym cukry: 44,2 Bł: 33,9 Sól: 5,1						
Ubogoresztkowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	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)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1897,3 kcal B: 89,5 T: 48,4 Kw. Tł: 16,8 W: 304 W tym cukry: 41,8 Bł: 31,7 Sól: 6,1						
Z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	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)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1897,3 kcal B: 89,5 T: 48,4 Kw. Tł: 16,8 W: 304 W tym cukry: 41,8 Bł: 31,7 Sól: 6,1						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9) Placki jarzynowe pieczone (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)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1804,9 kcal B: 36,4 T: 26,1 Kw. Tł: 8,9 W: 383,5 W tym cukry: 86 Bł: 31,7 Sól: 3,1						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9) Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	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)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1928,4 kcal B: 99,7 T: 46,9 Kw. Tł: 16 W: 306,4 W tym cukry: 42,4 Bł: 33,1 Sól: 4,9						

Papkováta, póiplyna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Bułka paróvka (120 g/ 1) Masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Ryż na mleku (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)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka paróvka (120 g/1), mix do smarowania 55% tŁuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2764 kcal B: 122,2 T: 91,1 Kw. Tł: 29,4 W: 392,8 W tym cukry: 43,9 Bł: 35,8 Sól: 6,3						
Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (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) Ryż na mleku (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)		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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2663,9 kcal B: 130,4 T: 75,6 Kw. Tł: 31,5 W: 392,4 W tym cukry: 46,9 Bł: 30,6 Sól: 5,9						
Połoźnice	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Ryż na ml (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9), Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń sŁodka chwila (1 szt/1,7)	Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7), Sałata, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 2786,6 kcal B: 118,3 T: 90,9 Kw. Tł: 34,9 W: 402,5 W tym cukry: 55,1 Bł: 32,3 Sól: 8,2						
Bezmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa (450 ml/1,9), Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/4,6,9,10) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tŁuszczu (10 g), Sałata, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 2321,6 kcal B: 78,8 T: 86,6 Kw. Tł: 17,8 W: 346,8 W tym cukry: 49,4 Bł: 46,3 Sól: 8,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Ryż na ml (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9), Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń sŁodka chwila (1 szt/1,7)	Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tŁuszczu (10 g), Pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2901,2 kcal B: 127,2 T: 91,8 Kw. Tł: 36,6 W: 416,5 W tym cukry: 55 Bł: 28,2 Sól: 6,7						
Dzieci	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 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)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń sŁodka chwila (1 szt/1,7)	Pasta mięsno- warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), masło extra 82% tŁuszczu (10 g/7), Sałata, pomidor (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)

E: 2519,3 kcal B: 112,8 T: 71,5 Kw. Tł: 28,1 W: 384,9 W tym cukry: 53,9 Bł: 32,9 Sól: 7,8

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

Sporządził: W. S./K.M./K.W.