

10.06.2024						
	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/1,9) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2983 kcal B: 96,9 T: 101,7 Kw. Tł: 33,1 W: 464,6 W tym cukry: 54,5 Bł: 48,2 Sól: 5,9</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 jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), 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), Ćwikła (120 g/12) Herbata (250 ml)	Serek naturalny (150 g/7), chleb razowy 90 g/1,6), pomidor (50 g)(dodatek insulinowy)
<b>E: 2857 kcal B: 133,3 T: 105,4 Kw. Tł: 39,1 W: 389,6 W tym cukry: 35,2 Bł: 48,5 Sól: 6,5</b>						
Bogatoresztkowa	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/1,9) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3091 kcal B: 104,6 T: 105,3 Kw. Tł: 35,2 W: 475,8 W tym cukry: 56,3 Bł: 48,2 Sól: 6,1</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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2933,3 kcal B: 90,4 T: 99 Kw. Tł: 32,3 W: 459,9 W tym cukry: 53,1 Bł: 43 Sól: 5,9</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2757 kcal B: 126 T: 81,6 Kw. Tł: 29,9 W: 411,6 W tym cukry: 35,7 Bł: 35 Sól: 5,4</b>						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), 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)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2493 kcal B: 111,4 T: 73,6 Kw. Tł: 24,9 W: 378,5 W tym cukry: 37,2 Bł: 35,7 Sól: 4,1</b>						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2529 kcal B: 114,6 T: 73,4 Kw. Tł: 24,8 W: 382,7 W tym cukry: 34,8 Bł: 33,5 Sól: 5,2</b>						
Z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 2502 kcal B: 116,7 T: 68,2 Kw. Tł: 23,3 W: 384,5 W tym cukry: 35,2 Bł: 33,5 Sól: 6,7</b>						
Niskobiałkowa	Miód (50 g) Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt.)

<b>E: 2130,3 kcal B: 46,6 T: 47,5 Kw. Tł: 17,6 W: 414,2 W tym cukry: 70,1 Bł: 38,7 Sól: 3,1</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt.)
<b>E: 2538 kcal B: 107,8 T: 71,5 Kw. Tł: 24,3 W: 394,8 W tym cukry: 52,5 Bł: 32,2 Sól: 4,5</b>						
<b>Papkowata, półtłyna</b>	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone mielone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), 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)
<b>E: 2913,9 kcal B: 133,6 T: 95,7 Kw. Tł: 37,1 W: 412 W tym cukry: 35,7 Bł: 35 Sól: 5,6</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), 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)
<b>E: 2829 kcal B: 130,5 T: 85,4 Kw. Tł: 32 W: 418,6 W tym cukry: 39,9 Bł: 37,2 Sól: 4,6</b>						
<b>Położnice</b>	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt/1)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6) + chleb pszenny (30 g/1)
<b>E: 3084,2 kcal B: 100,8 T: 102,9 Kw. Tł: 34,5 W: 479,7 W tym cukry: 55,5 Bł: 44,3 Sól: 7,1</b>						
<b>Bezmięsne</b>	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) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty włoskiej (100 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt.)

<b>E: 2755,6 kcal B: 82,2 T: 68,3 Kw. Tł: 21,5 W: 500 W tym cukry: 71,7 Bł: 51,7 Sól: 4,8</b>						
<b>D.</b> ubogobakteryjne podstawowe	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) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt/ <b>1</b> )	Pasztet domowy pieczony (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 jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3093,3 kcal B: 102,3 T: 101,2 Kw. Tł: 36,7 W: 483 W tym cukry: 52,5 Bł: 43,1 Sól: 5,3</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) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Kluski śląski bez mięsa gotowane (350 g), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), surówka z kapusty włoskiej (100 g/ <b>9</b> ), sałatka z ogórka i cebuli (80 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (250 ml/ <b>7</b> )	Pasztet domowy pieczony (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)	Szynka delikatesowa (30 g/ <b>1,6</b> ) + chleb pszenny (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 3077,8 kcal B: 97,2 T: 102,2 Kw. Tł: 34,1 W: 482,8 W tym cukry: 65,2 Bł: 43,9 Sól: 6,1</b>						
<b>Alergeny:</b> 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.						

11.06.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), 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, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2474,1 kcal B: 100,3 T: 82,2 Kw. Tł: 30,6 W: 371,8 W tym cukry: 43 Bł: 45,2 Sól: 7,8</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Herbata (250 m)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), kasza gryczana gotowana (100 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Polędwica drobiowa 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: 2385,8 kcal B: 117,7 T: 68,6 Kw. Tł: 27,4 W: 372,3 W tym cukry: 30,2 Bł: 51,5 Sól: 7,5</b>						
Bogatoresztkowa	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 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 mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), 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, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1))
<b>E: 2582,1 kcal B: 108 T: 85,8 Kw. Tł: 32,8 W: 383 W tym cukry: 44,8 Bł: 45,2 Sól: 8,1</b>						
Lekkostrawna	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1))
<b>E: 2263,7 kcal B: 111,6 T: 64,3 Kw. Tł: 29,2 W: 351,7 W tym cukry: 40,5 Bł: 45,9 Sól: 5,9</b>						

Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Serek wiejski (200 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) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (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)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2711,5 kcal B: 131 T: 75,6 Kw. Tł: 35,6 W: 406 W tym cukry: 35,1 Bł: 32,5 Sól: 6,1</b>						
Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek wiejski (200 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (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)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2172,1 kcal B: 103,7 T: 64,1 Kw. Tł: 29 W: 324 W tym cukry: 33,4 Bł: 32,2 Sól: 5,8</b>						
Ubogoenergetyczna	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 g/1,6) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (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)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2114,7 kcal B: 97,6 T: 71,5 Kw. Tł: 32,2 W: 303,2 W tym cukry: 32,6 Bł: 30,2 Sól: 3,8</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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Placki jarzynowe pieczone (300 g/1,9)buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/7), herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt.)
<b>E: 1978,4 kcal B: 40,3 T: 27,2 Kw. Tł: 9,1 W: 426,3 W tym cukry: 63,8 Bł: 38 Sól: 3,1</b>						
Bezsolna	Serek wiejski (200 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (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)	Sok pomidorowy (1 szt.)

<b>E: 2047 kcal B: 97 T: 57,1 Kw. Tł: 24,8 W: 315,5 W tym cukry: 33,7 Bł: 32 Sól: 6,1</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	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) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony miel.(60 g), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2711,5 kcal B: 131 T: 75,6 Kw. Tł: 35,6 W: 406 W tym cukry: 35,1 Bł: 32,5 Sól: 6,1</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 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) Klops pieczony (80 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (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)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2714,6 kcal B: 135,5 T: 80,1 Kw. Tł: 38,1 W: 395,9 W tym cukry: 39,1 Bł: 30,5 Sól: 5,5</b>						
<b>Położnice</b>	Serek wiejski (200 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) 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 mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2945,1 kcal B: 139,6 T: 90,9 Kw. Tł: 40,1 W: 433,5 W tym cukry: 44,4 Bł: 45,9 Sól: 7,7</b>						
<b>Beźmięsne</b>	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 g/1,6) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Placki sojowe pieczone (350 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), 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, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2474,1 kcal B: 100,3 T: 82,2 Kw. Tł: 30,6 W: 371,8 W tym cukry: 43 Bł: 45,2 Sól: 7,8</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Serek wiejski (200 g/7), kajzerka z ziarnami (80 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 mielony pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (100 g/1), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2891,9 kcal B: 132,4 T: 86,2 Kw. Tł: 36,6 W: 437,1 W tym cukry: 37,7 Bł: 44,7 Sól: 3,5</b>						

<b>Dzieci</b>	Serek wiejski (200 g/ <b>7</b> ), kajzerka z ziarnami (80 g/ <b>1,6</b> ) Sałata, Pomidor (80 g) Kakao na ml (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (100 g/ <b>9</b> ), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Makaron z truskawkami (150 g/ <b>1,7</b> )	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 3136,1 kcal B: 136,9 T: 79,2 Kw. Tł: 36,3 W: 515,5 W tym cukry: 66,3 Bł: 52 Sól: 6,5</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>						



12.06.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 2561,5 kcal B: 106,6 T: 71,2 Kw. Tł: 28,1 W: 404,8 W tym cukry: 44,2 Bł: 38 Sól: 6,2</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt./3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata Herbata (250 ml)	Ser żółty (70 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2211,1 kcal B: 99,5 T: 62,8 Kw. Tł: 23,1 W: 346,5 W tym cukry: 22 Bł: 38,9 Sól: 6,9</b>						
Bogatoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 2669,5 kcal B: 114,3 T: 74,8 Kw. Tł: 30,3 W: 416 W tym cukry: 46 Bł: 38 Sól: 6,4</b>						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)

<b>E: 2561,5 kcal B: 106,6 T: 71,2 Kw. Tł: 28,1 W: 404,8 W tym cukry: 44,2 Bł: 38 Sól: 6,2</b>						
<b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>	Jajko gotowane (1 szt./3) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/1,7)
<b>E: 2651,1 kcal B: 122,8 T: 61,7 Kw. Tł: 28,3 W: 432,2 W tym cukry: 33,1 Bł: 35,9 Sól: 5,6</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt./3) 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) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 2187,1 kcal B: 103,2 T: 50,5 Kw. Tł: 23,5 W: 358,6 W tym cukry: 43,9 Bł: 34,6 Sól: 5,5</b>						
<b>Z ogr. Tłuszczu</b>	Serek waniliowy (1 szt./1,7) 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) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	
<b>E: 2341 kcal B: 105,6,1 T: 58,1 Kw. Tł: 29,2 W: 377,7 W tym cukry: 60,1 Bł: 34,6 Sól: 4,4</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3) 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) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Herbata (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 2153,1 kcal B: 101 T: 52,7 Kw. Tł: 24,1 W: 345,4 W tym cukry: 45,8 Bł: 33 Sól: 4,5</b>						

<b>Niskobiałkowa</b>	Kasza gotowana z warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Pierogi z jabłkiem (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), herbata z cukrem (250 ml)	Sok jabłkowy (1 szt.)
<b>E: 2217,2 kcal B: 52,9 T: 60,6 Kw. Tł: 33,7 W: 403,3 W tym cukry: 54,9 Bł: 41 Sól: 2,1</b>						
<b>Bezołna</b>	Jajko gotowane (1 szt./ <b>3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Deser z ryżem (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2082,3 kcal B: 93,4 T: 41,2 Kw. Tł: 16,2 W: 369,1 W tym cukry: 53,7 Bł: 40,8 Sól: 3</b>						
<b>Papkowata, półpiynna</b>	Pasta z jajek (100 g/ <b>3,7</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2830,1 kcal B: 118,9 T: 68,4 Kw. Tł: 27,5 W: 468,4 W tym cukry: 34,6 Bł: 40,9 Sól: 5,7</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt./ <b>3</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> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2728,1 kcal B: 128 T: 65,6 Kw. Tł: 30,5 W: 438 W tym cukry: 36,2 Bł: 37,6 Sól: 5</b>						
<b>Półożnicze</b>	jajko gotowane (1 szt./ <b>3</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kapuśniak mazurski (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/ <b>9</b> ), surówka z kapusty białej (100 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> )	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Sałata Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Deser z ryżem (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 3004 kcal B: 128 T: 82 Kw. Tł: 34,1 W: 472,5 W tym cukry: 50,1 Bł: 41,3 Sól: 6,8</b>						

<b>Bezmięsne</b>	Jajko gotowane (1 szt./3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pierogi z soczewicą (350 g/8 szt./1,3), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 2755 kcal B: 102 T: 78,3 Kw. Tł: 27,1 W: 440,3 W tym cukry: 46,1 Bł: 39,1 Sól: 6</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3), Jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7))	Serek naturalny (150g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/1,7)
<b>E: 3265,8 kcal B: 129,6 T: 91,5 Kw. Tł: 42,1 W: 517,9 W tym cukry: 53,4 Bł: 42,3 Sól: 5</b>						
<b>Dzieci</b>	Jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3), Sałatka z marchwi i ogórka (100 g/9), surówka z kapusty białej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z pomidorem (1 szt./1,6,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7) Chleb sitkowy (120 g/1), Sałata Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z ryżem (1 szt/7)
<b>E: 3264 kcal B: 138,3 T: 96,9 Kw. Tł: 39,2 W: 497,2 W tym cukry: 49 Bł: 44,6 Sól: 8,6</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.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>						

13.06.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (1 szt./7) Bułka pszenna (1 szt/1) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos z młodej kapusty (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2630,3 kcal B: 113,3 T: 81,6 Kw. Tł: 36 W: 398,5 W tym cukry: 55,8 Bł: 41,8 Sól: 7,5</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (1 szt./7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), 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 (10 g), Rzodkiewka (40g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt./3), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2358,4 kcal B: 101,1 T: 69,8 Kw. Tł: 23,2 W: 373,9 W tym cukry: 38,9 Bł: 45,9 Sól: 5,5</b>						
Bogatoresztkowa	Serek naturalny (1 szt./7) Bułka pszenna (1 szt/1), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (1 szt.)	Bigos z młodej kapusty (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2738,3 kcal B: 121 T: 85,2 Kw. Tł: 38,1 W: 409,7 W tym cukry: 57,6 Bł: 41,8 Sól: 7,8</b>						
Lekkostrawna	Serek naturalny (1 szt./7) Bułka pszenna (1 szt/1), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g) Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), 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 (10 g), Rzodkiewka (40g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)

<b>E: 2638,5 kcal B: 114,6 T: 84,4 Kw. Tł: 35,5 W: 391 W tym cukry: 56,6 Bł: 39,6 Sól: 5,8</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2538,6 kcal B: 114,2 T: 67,6 Kw. Tł: 27,3 W: 396,6 W tym cukry: 52,5 Bł: 31,5 Sól: 5,9</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2444,1 kcal B: 115,1 T: 71 Kw. Tł: 30,8 W: 366,1 W tym cukry: 50,7 Bł: 32,7 Sól: 5,8</b>						
Ubogoenergetyczna	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Herbata (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania (10 g), Herbata (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2416,9 kcal B: 112,4 T: 73 Kw. Tł: 31,4 W: 354,9 W tym cukry: 52,6 Bł: 30,4 Sól: 5,6</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 z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), pyzy b/mięsa gotowane (300 g/3), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos z młodej kapusty bez mięsa (300 g/1), bułka parówka (120 g/7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)
<b>E: 2238,2 kcal B: 46,7 T: 43 Kw. Tł: 14,5 W: 457,8 W tym cukry: 77,1 Bł: 46,5 Sól: 4,7</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) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2486,8 kcal B: 122,9 T: 71,6 Kw. Tł: 30,9 W: 368,4 W tym cukry: 51,3 Bł: 34 Sól: 4,6</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	serek naturalny (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2726,2 kcal B: 107,2 T: 78,4 Kw. Tł: 27,9 W: 425 W tym cukry: 54,6 Bł: 33,2 Sól: 5,8</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2622,4 kcal B: 120 T: 71,3 Kw. Tł: 29,4 W: 404,4 W tym cukry: 55,6 Bł: 32,5 Sól: 6,2</b>						
<b>Położnice</b>	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania (10 g), Rzodkiewka (40g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2920,5 kcal B: 128,1 T: 95,8 Kw. Tł: 43 W: 423 W tym cukry: 73 Bł: 41,6 Sól: 6,1</b>						

<b>Bezmięsa</b>	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g) ,Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos z młodej kapusty bez mięsa (300 g/1) Chleb razowy (120 g/1,6) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2297,8 kcal B: 94,4 T: 53,1 Kw. Tł: 25,5 W: 398,1 W tym cukry: 55,5 Bł: 41,8 Sól: 5,5</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g) marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryz na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2819,7 kcal B: 115,7 T: 84,8 Kw. Tł: 35,9 W: 430,9 W tym cukry: 69,1 Bł: 37,4 Sól: 6,1</b>						
<b>Dzieci</b>	Serek naturalny (1 szt/7) Bułka pszenna (1 szt/1), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (100 g/7), marchewka gotowana (100 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania (10 g), Rzodkiewka (40g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2812,5 kcal B: 120,04 T: 92,2 Kw. Tł: 40,8 W: 411,8 W tym cukry: 71,2 Bł: 41,6 Sól: 5,9</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>						



14.06.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/1,7,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2644,9 kcal B: 88,1 T: 78,3 Kw. Tł: 24,7 W: 432,9 W tym cukry: 62,1 Bł: 41,2 Sól: 3,1</b>						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Paszтет sojowy (1 szt/6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż brązowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/ 9), Surówka z kapusty kiszonej (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2339,5 kcal B: 104,6 T: 70,5 Kw. Tł: 21,8 W: 369,8 W tym cukry: 23,3 Bł: 51,3 Sól: 5,7</b>						
Bogatoresztkowa	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/1,7,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2752,9 kcal B: 95,8 T: 81,9 Kw. Tł: 26,9 W: 444,1 W tym cukry: 63,9 Bł: 41,2 Sól: 3,4</b>						
Lekkostrawna	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/1,7,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2644,9 kcal B: 88,1 T: 78,3 Kw. Tł: 24,7 W: 432,9 W tym cukry: 62,1 Bł: 41,2 Sól: 3,1</b>						

z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 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 jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2720,4 kcal B: 102,5 T: 80 Kw. Tł: 30,5 W: 422,3 W tym cukry: 52 Bł: 29,5 Sól: 3,5</b>						
Ubogoneurgetyczna	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2422,7 kcal B: 89,4 T: 74,3 Kw. Tł: 27,3 W: 374,6 W tym cukry: 54 Bł: 30,1 Sól: 2,5</b>						
Ubogoresztkowa	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2453,7 kcal B: 90,9 T: 74 Kw. Tł: 27,2 W: 380 W tym cukry: 52,7 Bł: 28,4 Sól: 3,3</b>						
Z ogr. tłuszczu	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2453,7 kcal B: 90,9 T: 74 Kw. Tł: 27,2 W: 380 W tym cukry: 52,7 Bł: 28,4 Sól: 3,3</b>						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Kopytka (350 g/1,3), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka 4 składnikowa (220 g/10), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)

<b>E: 2366,4 kcal B: 52,5 T: 50,5 Kw. Tł: 12,1 W: 459,6 W tym cukry: 41,4 Bł: 40 Sól: 4,9</b>						
<b>Bezsolna</b>	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2453,7 kcal B: 90,9 T: 74 Kw. Tł: 27,2 W: 380 W tym cukry: 52,7 Bł: 28,4 Sól: 3,3</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2729,5 kcal B: 105,2 T: 74,2 Kw. Tł: 29,3 W: 440,1 W tym cukry: 44,2 Bł: 33,5 Sól: 4,2</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Paszтет sojowy (1 szt/6), Bułka pszenna (1 szt/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 jęczmienny (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2830,2 kcal B: 119 T: 82,5 Kw. Tł: 32,9 W: 430,1 W tym cukry: 39,6 Bł: 31,2 Sól: 5</b>						
<b>Położnice</b>	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Sałátka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
<b>E: 2980,8 kcal B: 100,2 T: 81,9 Kw. Tł: 26,7 W: 497,2 W tym cukry: 81,2 Bł: 42,5 Sól: 3,6</b>						

Bezmięsne	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/1,7,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
-----------	---	----------------	---	--	---	----------------------------

**E: 2644,9 kcal B: 88,1 T: 78,3 Kw. Tł: 24,7 W: 432,9 W tym cukry: 62,1 Bł: 41,2 Sól: 3,1**

D. ubogobakteryjne podstawowe	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 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 jęczmienny (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Szpinak gotowany (100 g/1), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
-------------------------------	--	-------------------------	---	----------------------	---	-------------------------------

**E: 3110,2 kcal B: 107,2 T: 80,2 Kw. Tł: 28,1 W: 528,2 W tym cukry: 76,5 Bł: 45,1 Sól: 2,9**

Dzieci	Dżem (25 g), Bułeczka maślana (80 g/1,7) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/1,7,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g), Sos pomidorowy (100ml/1,7) Surówka z kiszonej kapusty (100 g/9), fasolka szparagowa gotowana (100 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Sałatka 4 składnikowa (220 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (180 g/7)
--------	---	----------------	---	-------------------------------	---	----------------------------

**E: 2898,9 kcal B: 118,9 T: 78,7 Kw. Tł: 24,7 W: 464,9 W tym cukry: 90,1 Bł: 42,4 Sól: 3,2**

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

15.06.2024						
	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)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/1,9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2357,5 kcal B: 117,2 T: 67,1 Kw. Tł: 20,1 W: 358,4 W tym cukry: 36,9 Bł: 41 Sól: 5</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 (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), kasza gryczana gotowana (100 g), jarzynka gotowana (100 g/1,9), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt./6,9) chleb razowy (90 g/1,6), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2525,1 kcal B: 118,9 T: 71,9 Kw. Tł: 18,3 W: 394 W tym cukry: 28,1 Bł: 50,1 Sól: 5,7</b>						
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)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/1,9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2465,5 kcal B: 124,9 T: 70,7 Kw. Tł: 22,2 W: 369,6 W tym cukry: 38,7 Bł: 41 Sól: 5,3</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)	Rosół z makaronem (450 ml/1,9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2357,5 kcal B: 117,2 T: 67,1 Kw. Tł: 20,1 W: 358,4 W tym cukry: 36,9 Bł: 41 Sól: 5</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	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 (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2834,2 kcal B: 145,9 T: 77 Kw. Tł: 28,9 W: 422,1 W tym cukry: 33,4 Bł: 36,5 Sól: 5,2</b>						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 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)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2192,4 kcal B: 111,3 T: 58,3 Kw. Tł: 18,3 W: 338,7 W tym cukry: 33,8 Bł: 36,9 Sól: 3,9</b>						
Ubogoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2228,5 kcal B: 114,5 T: 58 Kw. Tł: 18,3 W: 342,8 W tym cukry: 31,4 Bł: 34,7 Sól: 5</b>						
Z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2228,5 kcal B: 114,5 T: 58 Kw. Tł: 18,3 W: 342,8 W tym cukry: 31,4 Bł: 34,7 Sól: 5</b>						

Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/1), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2005,4 kcal B:55,1 T: 33,9 Kw. Tł: 14,4 W:416,6 W tym cukry: 46,2 Bł: 50,6 Sól: 3,4</b>						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2204,5 kcal B: 107,9 T: 56,4 Kw. Tł: 17,7 W: 345,8 W tym cukry: 34,9 Bł: 33,4 Sól: 4,2</b>						
Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2834,2 kcal B: 145,9 T: 77 Kw. Tł: 28,9 W: 422,1 W tym cukry: 33,4 Bł: 36,5 Sól: 5,2</b>						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka (450 ml/9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 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)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2906,2 kcal B: 150,4 T: 80,8 Kw. Tł: 31,1 W: 429,1 W tym cukry: 37,6 Bł: 38,7 Sól: 4,5</b>						
Późnice	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), 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)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/1,9) Udko z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masto extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)

<b>E: 2933,5 kcal B: 145 T: 82,2 Kw. Tł: 28 W: 446,3 W tym cukry: 66,9 Bł: 47 Sól: 5,9</b>						
<b>Beźmięsne</b>	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 (450 ml/9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (80 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 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 kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2133,5 kcal B: 89 T: 41,7 Kw. Tł: 12 W: 402 W tym cukry: 43,7 Bł: 56,5 Sól: 3,6</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/1,9) Udka z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), jarzynka gotowana (100 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Rolada pieczona (60 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)
<b>E: 3173,2 kcal B: 147,9 T: 96,8 Kw. Tł: 37,7 W: 471,1 W tym cukry: 66,9 Bł: 47 Sól: 5,5</b>						
<b>Dzieci</b>	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/1,9) Udka z kurczaka gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (100 g/1), surówka z kapusty pekińskiej (100 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Sałata, ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2825,5 kcal B: 137,3 T: 78,6 Kw. Tł: 25,9 W: 435,1 W tym cukry: 65,1 Bł: 47 Sól: 5,7</b>						
<b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						



16.06.2024						
	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) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt./ <b>1,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2580,6 kcal B: 94,7 T: 106,7 Kw. Tł: 33,8 W: 342 W tym cukry: 47,7 Bł: 33,4 Sól: 10,1</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kiełbasa szynkowa (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> )	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowania z udźca (100 g/ <b>9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (1 szt/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
<b>E: 2413,1 kcal B: 114,6 T: 74,8 Kw. Tł: 24,3 W: 353,2 W tym cukry: 33,4 Bł: 36,8 Sól: 7,4</b>						
Bogatoreszkowa	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) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt./ <b>1,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2688,6 kcal B: 102,4 T: 110,3 Kw. Tł: 36 W: 353,2 W tym cukry: 49,5 Bł: 33,4 Sól: 10,3</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) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowania z udźca (100 g/ <b>9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2240,8 kcal B: 98,6 T: 71,8 Kw. Tł: 27,2 W: 332,2 W tym cukry: 44,5 Bł: 35,8 Sól: 8</b>						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2537,8 kcal B: 118,3 T: 66,2 Kw. Tł: 26,6 W: 397,9 W tym cukry: 46,2 Bł: 34,7 Sól: 5,9</b>						
Ubogoenergetyczna	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2037,8 kcal B: 91,1 T: 63,4 Kw. Tł: 25,4 W: 306,9 W tym cukry: 44,2 Bł: 34,6 Sól: 5,5</b>						
Ubogoresztkowa	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2093 kcal B: 94,9 T: 63 Kw. Tł: 25,3 W: 315,6 W tym cukry: 41,6 Bł: 31,9 Sól: 6,3</b>						
Z ogr. tłuszczu	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2093 kcal B: 94,9 T: 63 Kw. Tł: 25,3 W: 315,6 W tym cukry: 41,6 Bł: 31,9 Sól: 6,3</b>						

Niskobiałkowa	Makaron pszenny warzywami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,9) Buraczki gotowane (150 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)	Dżem (1 szt), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 1779,1 kcal B: 49,5 T: 29,2 Kw. Tł: 9,2 W: 371,1 W tym cukry: 60,8 Bł: 45,6 Sól: 2,6</b>						
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)	Ryżanka (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 (	Serek naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2125,8 kcal B: 115,6 T: 62,9 Kw. Tł: 25,8 W: 302,9 W tym cukry: 41,8 Bł: 31,7 Sól: 4,1</b>						
Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (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)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2721,1 kcal B: 115,4 T: 85,9 Kw. Tł: 26,7 W: 401,1 W tym cukry: 46,7 Bł: 37 Sól: 6,2</b>						
Bogatobiałkowa	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ryżanka (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)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2590,6 kcal B: 122,6 T: 70,2 Kw. Tł: 28,8 W: 400,4 W tym cukry: 50,7 Bł: 37,3 Sól: 5,4</b>						

Położnice	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) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowania z udźca (100 g/ <b>9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> )
-----------	--	--	---	------------------------------	--	------------------------------------

**E: 3049,2 kcal B: 129,9 T: 101,4 Kw. Tł: 39,5 W: 438,6 W tym cukry: 67,5 Bł: 38,4 Sól: 8**

Bezmięsna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, rzodkiewka (40 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Placki jarzynowe pieczone (350 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt./ <b>1,4,6,9,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
-----------	---	----------------	--	--	---	--

**E: 2621,2 kcal B: 77,4 T: 107,5 Kw. Tł: 27,3 W: 367,8 W tym cukry: 49,6 Bł: 38 Sól: 10,3**

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> ), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
-------------------------------	--	-------------------------	---	------------------------------	--	--

**E: 2881,4 kcal B: 122 T: 89,3 Kw. Tł: 34,1 W: 427,1 W tym cukry: 62,7 Bł: 33,1 Sól: 6,1**

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) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (80 g), buraczki gotowane (100 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (80 g), sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
--------	--	----------------	--	-------------------------------------	--	--

**E: 2719,8 kcal B: 119 T: 82,3 Kw. Tł: 32,8 W: 411,6 W tym cukry: 60,8 Bł: 40 Sól: 8,6**

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

Sporządził: W. S./K.M./K.W.

