

22.07.2024						
	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) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 g/ 7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9), 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), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 794,7 kcal B: 102,9 T: 100,3 kw. tł.: 36,5 W: 408,1 w tym cukry: 48,9 Bł: 40,3 sól: 4,2						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Jajko gotowane (2 szt/ 3) , Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Kasza jęczmienna z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/ 1,9), surówka z kapusty kiszonej (150 g/ 1,9), 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), Ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Ser żółty (70 g/ 7), chleb razowy 90 g/ 1,6 , mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek)
E: 2 372,6 kcal B: 92,6 T: 78,1 kw. tł.: 25,5 W: 367,6 w tym cukry: 20,2 Bł: 45,8 sól: 4,6						
Bogatoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 g/ 7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9), 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), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 902,7 kcal B: 110,6 T: 103,9 kw. tł.: 38,6 W: 419,3 w tym cukry: 50,7 Bł: 40,3 sól: 4,5						
Lekkostrawna	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 g/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9), 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), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 741,2 kcal B: 95,7 T: 97,4 kw. tł.: 35,6 W: 404,0 w tym cukry: 47,5 Bł: 35,6 sól: 4,2						

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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 768,3 kcal B: 107,9 T: 80,3 kw. tł.: 30,7 W: 435,4 w tym cukry: 35,7 Bł: 35,1 sól: 4,7						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 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)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 501,0 kcal B: 92,8 T: 74,6 kw. tł.: 27,8 W: 397,7 w tym cukry: 47,2 Bł: 36,3 sól: 3,3						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 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)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 537,0 kcal B: 96,0 T: 74,4 kw. tł.: 27,8 W: 401,9 w tym cukry: 44,8 Bł: 34,1 sól: 4,3						
Z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 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)	Serek wiejski (1 szt/ 7)
E: 2 508,6 kcal B: 143,5 T: 80,6 kw. tł.: 26,7 W: 401,7 w tym cukry: 45,2 Bł: 34,4 sól: 4,1						

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) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt.)
E: 1 843,7 kcal B: 55,0 T: 34,0 kw. tł.: 14,5 W: 373,0 w tym cukry: 55,3 Bł: 47,0 sól: 4,2						
Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/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)	Serek wiejski (1 szt/7)
E: 2 537,0 kcal B: 96,0 T: 74,4 kw. tł.: 27,8 W: 401,9 w tym cukry: 44,8 Bł: 34,1 sól: 4,3						
Papkowata, półpłynna	Pasta z jajek (100 g/3,7), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2 270,9 kcal B: 91,8 T: 64,5 kw. tł.: 23,2 W: 357,8 w tym cukry: 25,1 Bł: 29,7 sól: 3,1						
Bogatobiałkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/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)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2 840,3 kcal B: 112,4 T: 84,1 kw. tł.: 32,9 W: 442,4 w tym cukry: 39,9 Bł: 37,3 sól: 3,9						

Polożnie	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
-----------------	---	--	--	-----------------------	---	-------------------------

E: 3 032,7 kcal B: 105,4 T: 105,9 kw. tł.: 40,7 W: 448,4 w tym cukry: 69,3 Bł: 36,2 sól: 4,6

Beźmięśne	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z kostką sojową gotowaną i gotowanymi warzywami (350 g/6,9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
------------------	---	----------------	--	--	--	-------------------------

E: 2 610,4 kcal B: 339,6 T: 80,8 kw. tł.: 25,7 W: 405,2 w tym cukry: 92,9 Bł: 43,6 sól: 3,7

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) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
--------------------------------------	---	----------------	--	-----------------------	--	--

E: 3 122,2 kcal B: 111,1 T: 105,6 kw. tł.: 41,4 W: 467,4 w tym cukry: 58,3 Bł: 38,4 sól: 4,0

Dzieci	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
---------------	---	----------------	--	-------------------------------	---	-------------------------

E: 2 995,2 kcal B: 126,5 T: 97,8 kw. tł.: 35,7 W: 436,0 w tym cukry: 75,5 Bł: 36,8 sól: 4,2

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

23.07.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 467,8 kcal B: 93,9 T: 88,3 kw. tł.: 25,8 W: 355,4 w tym cukry: 36,5 Bł: 37,3 sól: 6,7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Herbata (250 m)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 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) Rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), osórek zielony (50 g)
E: 2 581,8 kcal B: 120,6 T: 87,3 kw. tł.: 27,2 W: 367,3 w tym cukry: 22,9 Bł: 42,2 sól: 7,7						
Bogatoreszkowa	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 575,8 kcal B: 101,6 T: 91,9 kw. tł.: 28,0 W: 366,6 w tym cukry: 38,3 Bł: 37,3 sól: 7,0						
Lekkostrawna	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 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), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 312,6 kcal B: 105,9 T: 73,3 kw. tł.: 24,4 W: 343,1 w tym cukry: 34,4 Bł: 39,0 sól: 5,1						

Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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: 2 651,3 kcal B: 129,4 T: 78,7 kw. tł.: 33,0 W: 388,4 w tym cukry: 35,2 Bł: 35,2 sól: 5,0						
Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1) <u>Z ogr. tłuszczu:</u> serek waniliowy (1 szt/7)
E: 2 142,1 kcal B: 103,3 T: 66,3 kw. tł.: 24,1 W: 315,1 w tym cukry: 33,8 Bł: 35,2 sól: 4,6 Z ogr. tłuszczu- E: 2 205,2 kcal B: 106,2 T: 70,6 kw. tł.: 29,0 W: 317,2 w tym cukry: 49,9 Bł: 33,7 sól: 4,3						
Ubogoenergetyczna	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 137,1 kcal B: 101,6 T: 66,2 kw. tł.: 24,1 W: 316,3 w tym cukry: 34,9 Bł: 35,7 sól: 4,4						
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)	Owsianka (450 ml/1,9) Kasza jęczmienna z warzywami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g). Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 1 969,1 kcal B: 54,3 T: 35,8 kw. tł.: 14,8 W: 395,3 w tym cukry: 45,3 Bł: 49,2 sól: 3,4						

Bezsolna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 142,1 kcal B: 103,3 T: 66,3 kw. tł.: 24,1 W: 315,1 w tym cukry: 33,8 Bł: 35,2 sól: 4,6						
Papkowata, półpłynna	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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: 2 692,3 kcal B: 129,4 T: 78,7 kw. tł.: 33,0 W: 398,7 w tym cukry: 33,1 Bł: 35,2 sól: 5,0						
Bogatobiałkowa	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
E: 2 754,3 kcal B: 135,4 T: 82,2 kw. tł.: 35,2 W: 400,8 w tym cukry: 38,1 Bł: 35,7 sól: 5,1						
Poloźnice	Serek naturalny (150 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
E: 2 973,0 kcal B: 135,6 T: 91,8 kw. tł.: 32,7 W: 437,8 w tym cukry: 53,6 Bł: 40,4 sól: 6,1						

Bezmięsne	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
------------------	--	----------------	---	--	--	--

E: 2 337,5 kcal B: 88,6 T: 80,3 kw. tł.: 22,5 W: 349,7 w tym cukry: 37,9 Bł: 40,8 sól: 6,4

D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Ryż na mleku (450 ml/7)
--------------------------------------	---	-------------------------	--	-----------------------	---	-------------------------

E: 2 961,4 kcal B: 134,7 T: 83,6 kw. tł.: 34,1 W: 453,5 w tym cukry: 53,3 Bł: 39,5 sól: 6,0

Dzieci	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb (30 g/1)
---------------	---	----------------	---	----------------------------	--	--

E: 2 791,0 kcal B: 130,6 T: 85,9 kw. tł.: 31,7 W: 411,1 w tym cukry: 47,5 Bł: 40,7 sól: 5,7

Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.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.

24.07.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos (300 g/ 1) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 430,0 kcal B: 182,3 T: 160,9 kw. tł.: 32,6 W: 397,9 w tym cukry: 35,8 Bł: 52,7 sól: 3,7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Udło drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania (10 g), Papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/ 3) chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 423,5 kcal B: 113,0 T: 83,4 kw. tł.: 25,0 W: 343,8 w tym cukry: 21,7 Bł: 41,4 sól: 4,5						
Bogatoresztkowa	Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Fasolowa (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos (300 g/ 1) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 538,0 kcal B: 190,0 T: 164,5 kw. tł.: 34,8 W: 409,1 w tym cukry: 37,6 Bł: 52,7 sól: 4,0						
Lekkostrawna	Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania (10 g), Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 296,5 kcal B: 178,3 T: 154,4 kw. tł.: 28,7 W: 372,5 w tym cukry: 33,4 Bł: 41,8 sól: 2,9						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), 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 (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2 859,7 kcal B: 132,2 T: 86,0 kw. tł.: 31,9 W: 416,7 w tym cukry: 37,4 Bł: 31,7 sól: 5,7						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), 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 (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 184,1 kcal B: 102,4 T: 69,4 kw. tł.: 22,7 W: 316,3 w tym cukry: 32,9 Bł: 32,2 sól: 4,9						
Ubogoenergetyczna	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania (10 g), Herbata (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 134,9 kcal B: 100,3 T: 66,0 kw. tł.: 21,7 W: 323,2 w tym cukry: 34,3 Bł: 41,4 sól: 4,5						
Niskobiałkowa	Makaron z warzywami (350 g/ 1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pierogi z jabłkiem (350 g/8 szt/ 1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos bez mięsa (300 g/ 1), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 173,8 kcal B: 50,2 T: 59,9 kw. tł.: 33,7 W: 391,8 w tym cukry: 51,1 Bł: 44,2 sól: 3,3						

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 jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), 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 (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 236,7 kcal B: 112,2 T: 68,2 kw. tł.: 23,4 W: 325,7 w tym cukry: 32,0 Bł: 35,5 sól: 3,8						
Papkowata, półpłynna	Pasztet sojowy (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe pieczone mielone (140 g), 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 (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 3 018,9 kcal B: 127,6 T: 93,5 kw. tł.: 31,2 W: 443,4 w tym cukry: 39,5 Bł: 33,4 sól: 5,7						
Bogatobiałkowa	Kiełbasa szynkowa (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 jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 803,3 kcal B: 131,3 T: 82,2 kw. tł.: 30,6 W: 421,8 w tym cukry: 37,2 Bł: 40,9 sól: 5,4						
Poloźnice	Kiełbasa krakowska (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
E: 2 952,0 kcal B: 116,7 T: 88,3 kw. tł.: 33,7 W: 460,6 w tym cukry: 50,9 Bł: 43,2 sól: 4,6						

Bezmiejsne	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos bez mięsa (300 g/ 1) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
-------------------	---	----------------	--	--	--	--------------------------

E: 2 242,4 kcal B: 72,8 T: 53,8 kw. tł.: 16,4 W: 405,4 w tym cukry: 33,8 Bł: 45,8 sól: 4,9

D. ubogobakteryjne podstawowe	Kiełbasa krakowska (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 jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (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)	Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania (10 g), Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makarony na mleku (450 ml/ 1,7)
--------------------------------------	---	-------------------------	--	--	--	---

E: 3 185,0 kcal B: 210,8 T: 179,8 kw. tł.: 43,0 W: 505,5 w tym cukry: 53,3 Bł: 43,5 sól: 4,2

Dzieci	Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/ 1)	Schab pieczony (60 g), Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Brokuły gotowane (100 g)
---------------	---	----------------	--	-----------------------------	---	--------------------------

E: 2 900,0 kcal B: 113,4 T: 78,9 kw. tł.: 28,4 W: 471,4 w tym cukry: 36,4 Bł: 45,0 sól: 5,9

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

25.07.2024						
	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) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)
E: 2 456,5 kcal B: 110,4 T: 63,2 kw. tł.: 28,3 W: 394,4 w tym cukry: 60,4 Bł: 39,2 sól: 4,2						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ryżanka (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/ 1), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/ 1,6), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 152,3 kcal B: 98,8 T: 57,1 kw. tł.: 19,7 W: 347,8 w tym cukry: 33,6 Bł: 41,7 sól: 5,7						
Bogatoresztkowa	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)
E: 2 564,5 kcal B: 118,1 T: 66,8 kw. tł.: 30,4 W: 405,6 w tym cukry: 62,2 Bł: 39,2 sól: 4,5						
Lekkostrawna	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)
E: 2 395,8 kcal B: 110,8 T: 60,5 kw. tł.: 28,2 W: 385,6 w tym cukry: 61,2 Bł: 39,8 sól: 4,1						

Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żołądkowego	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)	Ryżanka (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)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 544,1 kcal B: 122,3 T: 58,5 kw. tł.: 28,3 W: 403,6 w tym cukry: 54,8 Bł: 26,6 sól: 6,1						
Ubogoreszkowa, 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)	Ryżanka (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)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)
E: 2 388,4 kcal B: 111,5 T: 55,2 kw. tł.: 27,6 W: 386,5 w tym cukry: 67,9 Bł: 31,2 sól: 5,9						
Ubogoenerygetyczna	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)	Ryżanka (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)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)
E: 2 326,4 kcal B: 108,5 T: 55,8 kw. tł.: 27,7 W: 375,7 w tym cukry: 70,5 Bł: 34,6 sól: 4,2						
Niskobiałkowa	Ryż z truskawkami (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Placki ziemniaczane smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1 988,3 kcal B: 41,9 T: 26,8 kw. tł.: 9,1 W: 427,0 w tym cukry: 102,4 Bł: 36,7 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)	Ryżanka (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)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)
E: 2 429,7 kcal B: 121,8 T: 55,8 kw. tł.: 27,7 W: 387,0 w tym cukry: 68,4 Bł: 32,5 sól: 4,3						
Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Ryżanka (450 ml/1,9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 730,4 kcal B: 117,7 T: 69,4 kw. tł.: 28,8 W: 430,2 w tym cukry: 56,9 Bł: 28,3 sól: 5,5						
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)	Ryżanka (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/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 593,1 kcal B: 127,7 T: 60,8 kw. tł.: 30,0 W: 411,8 w tym cukry: 58,6 Bł: 33,3 sól: 4,9						
Polożnice	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,11)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/1,7)
E: 2 645,2 kcal B: 117,9 T: 71,4 kw. tł.: 31,2 W: 412,2 w tym cukry: 62,9 Bł: 36,3 sól: 5,4						

Beźmięsna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/ 1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)
------------------	--	---------------	--	--	--	--

E: 2 610,7 kcal B: 99,6 T: 70,0 kw. tł.: 26,7 W: 433,1 w tym cukry: 63,8 Bł: 45,7 sól: 3,6

D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Ryzanka (450 ml/ 9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/ 1,11)	Serek naturalny (1 szt/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)
--------------------------------------	--	---------------	---	-------------------------------	--	--

E: 2 811,1 kcal B: 123,5 T: 78,1 kw. tł.: 36,4 W: 431,5 w tym cukry: 57,9 Bł: 33,4 sól: 5,7

Dzieci	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Pieczarkowa z ziemniakami (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/ 7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)
---------------	---	---------------	---	--------------------------------------	--	--

E: 2 701,6 kcal B: 124,2 T: 69,2 kw. tł.: 30,5 W: 429,5 w tym cukry: 71,3 Bł: 40,9 sól: 4,2

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

26.07.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salátka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 467,0 kcal B: 107,6 T: 70,2 kw. tł.: 25,0 W: 380,6 w tym cukry: 63,2 Bł: 32,8 sól: 4,8						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/1,6) Chleb razowy (100 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9), Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salátka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata (250 ml)	Pasztet sojowy (1 szt/6,9) chleb razowy (90 g/1,6), ogórek zielony (50 g)(dodatek insulinowy)
E: 2 225,7 kcal B: 87,9 T: 60,0 kw. tł.: 14,4 W: 373,6 w tym cukry: 28,0 Bł: 46,5 sól: 7,4						
Bogatoresztkowa	Sok pomidorowy (330 ml), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salátka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 575,0 kcal B: 115,3 T: 73,8 kw. tł.: 27,1 W: 391,8 w tym cukry: 65,0 Bł: 32,8 sól: 5,1						
Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salátka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 467,0 kcal B: 107,6 T: 70,2 kw. tł.: 25,0 W: 380,6 w tym cukry: 63,2 Bł: 32,8 sól: 4,8						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), 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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 634,3 kcal B: 116,6 T: 64,5 kw. tł.: 23,5 W: 422,3 w tym cukry: 58,8 Bł: 29,7 sól: 4,0						
Ubogoenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata (250 ml) Ryż 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), 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)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 508,8 kcal B: 115,9 T: 68,2 kw. tł.: 27,1 W: 386,4 w tym cukry: 58,3 Bł: 32,6 sól: 3,1						
Ubogoreszkowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), 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)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 536,8 kcal B: 116,7 T: 69,8 kw. tł.: 27,6 W: 384,0 w tym cukry: 57,6 Bł: 27,6 sól: 3,7						
Z ogr. tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), 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)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 536,8 kcal B: 116,7 T: 69,8 kw. tł.: 27,6 W: 384,0 w tym cukry: 57,6 Bł: 27,6 sól: 3,7						

Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka jarzynowa (200 g/9,10), 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: 2 324,2 kcal B: 44,6 T: 55,6 kw. tł.: 12,8 W: 432,1 w tym cukry: 44,3 Bł: 38,7 sól: 3,7						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), 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)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 536,8 kcal B: 116,7 T: 69,8 kw. tł.: 27,6 W: 384,0 w tym cukry: 57,6 Bł: 27,6 sól: 3,7						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g), 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) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony mielony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 519,3 kcal B: 107,0 T: 66,8 kw. tł.: 25,5 W: 396,8 w tym cukry: 53,7 Bł: 29,6 sól: 3,6						
Bogatobiałkowa	Szynka wędzona (60 g/1,6) Bułka pszenna (1 szt/ 1) 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) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 632,1 kcal B: 124,2 T: 67,4 kw. tł.: 27,3 W: 412,5 w tym cukry: 40,6 Bł: 34,6 sól: 5,3						

Polożnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (330 ml)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Sałatka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
------------------	---	---	---	-------------------------	--	------------------------------

E: 2 716,0 kcal B: 119,9 T: 76,2 kw. tł.: 27,5 W: 417,0 w tym cukry: 66,8 Bł: 34,4 sól: 5,4

Bezmięsne	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy(100 g/9) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
------------------	---	----------------	---	--	---	------------------------------

E: 2 450,1 kcal B: 112,2 T: 53,3 kw. tł.: 23,7 W: 412,4 w tym cukry: 62,8 Bł: 36,7 sól: 3,5

D. ubogobakteryjne podstawowe	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1,7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
--	---	-------------------------------	--	-------------------------	---	---

E: 2 682,4 kcal B: 119,1 T: 67,8 kw. tł.: 24,2 W: 426,7 w tym cukry: 60,4 Bł: 33,2 sól: 4,3

Dzieci	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z porów (150 g/7), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z papryką (1 szt/1,6)	Sałatka z kapusty pekińskiej z duszonym filetem drobiowym (240 g/10), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7)
---------------	---	----------------	---	-------------------------------------	--	------------------------------

E: 2 835,1 kcal B: 125,5 T: 88,6 kw. tł.: 32,2 W: 416,5 w tym cukry: 63,8 Bł: 36,1 sól: 6,8

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

27.07.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), 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 (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 471,9 kcal B: 123,8 T: 81,5 kw. tł.: 23,1 W: 347,7 w tym cukry: 30,5 Bł: 39,9 sól: 5,4						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb razowy (120 g/1,6), 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), rzodkiewka (40 g) (dodatek insuliniowy)
E: 2 473,3 kcal B: 123,7 T: 78,4 kw. tł.: 20,6 W: 362,2 w tym cukry: 25,0 Bł: 47,8 sól: 6,1						
Bogatoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), 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 (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 579,9 kcal B: 131,5 T: 85,1 kw. tł.: 25,3 W: 358,9 w tym cukry: 32,3 Bł: 39,9 sól: 5,6						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), 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 (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 471,9 kcal B: 123,8 T: 81,5 kw. tł.: 23,1 W: 347,7 w tym cukry: 30,5 Bł: 39,9 sól: 5,4						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 3 025,7 kcal B: 153,5 T: 98,1 kw. tł.: 33,4 W: 416,3 w tym cukry: 29,7 Bł: 36,8 sól: 6,3						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 429,0 kcal B: 121,6 T: 80,8 kw. tł.: 23,0 W: 337,5 w tym cukry: 30,3 Bł: 36,7 sól: 4,6						
Ubogoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/3,10) Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 465,0 kcal B: 124,8 T: 80,6 kw. tł.: 22,9 W: 341,7 w tym cukry: 27,9 Bł: 34,5 sól: 5,7						
Z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7),	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (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)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 465,0 kcal B: 124,8 T: 80,6 kw. tł.: 22,9 W: 341,7 w tym cukry: 27,9 Bł: 34,5 sól: 5,7						

Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), bułka parówka (120 g/ 1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/ 9), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 113,8 kcal B: 57,1 T: 34,7 kw. tł.: 15,0 W: 434,5 w tym cukry: 46,9 Bł: 53,2 sól: 3,7						
Bezsolna	Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7),	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10), bułka parówka (120 g/ 1), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 441,0 kcal B: 118,2 T: 79,0 kw. tł.: 22,4 W: 344,7 w tym cukry: 31,4 Bł: 33,2 sól: 4,9						
Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/ 7), Bułka parówka (120 g/ 1) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Bułka parówka (120 g/ 1), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3 025,7 kcal B: 153,5 T: 98,1 kw. tł.: 33,4 W: 416,3 w tym cukry: 29,7 Bł: 36,8 sól: 6,3						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Jarzynowa (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)		Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3 097,7 kcal B: 158,0 T: 101,9 kw. tł.: 35,5 W: 423,3 w tym cukry: 33,9 Bł: 39,0 sól: 5,6						
Polożnice	Twarożek (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Kasza manna 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 (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta z jajek (100 g/ 3,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/ 1,6), pieczywo (30 g/ 1)
E: 3 041,6 kcal B: 150,0 T: 94,7 kw. tł.: 30,7 W: 438,6 w tym cukry: 60,2 Bł: 44,6 sól: 6,3						

Beźmięsne	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (80 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml))		Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 447,9 kcal B: 117,1 T: 79,9 kw. tł.: 22,6 W: 350,8 w tym cukry: 34,0 Bł: 38,6 sól: 4,7						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (150 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Kasza manna na mleku (450 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 (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 3 259,9 kcal B: 153,3 T: 110,7 kw. tł.: 40,4 W: 456,1 w tym cukry: 59,3 Bł: 46,1 sól: 6,3						
Dzieci	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Kasza manna na mleku (450 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 (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta z jajek (100 g/3,10) Chleb pszenny (120 g/1), Ogórek zielony (80 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 933,6 kcal B: 142,3 T: 91,1 kw. tł.: 28,6 W: 427,4 w tym cukry: 58,4 Bł: 44,6 sól: 6,1						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

28.07.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 641,5 kcal B: 104,4 T: 115,5 kw. tl.: 37,4 W: 323,4 w tym cukry: 36,1 Bł: 29,0 sól: 10,1						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/ 7), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 275,1 kcal B: 112,0 T: 74,5 kw. tl.: 22,6 W: 316,5 w tym cukry: 21,2 Bł: 30,8 sól: 8,5						
Bogaforsztkowa	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 749,5 kcal B: 112,1 T: 119,1 kw. tl.: 39,6 W: 334,6 w tym cukry: 37,9 Bł: 29,0 sól: 10,3						

Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), 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), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 301,8 kcal B: 108,3 T: 80,7 kw. tł.: 30,7 W: 313,6 w tym cukry: 32,8 Bł: 31,4 sól: 8,0						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 576,8 kcal B: 121,0 T: 68,1 kw. tł.: 27,6 W: 401,1 w tym cukry: 46,3 Bł: 34,9 sól: 5,9						
Ubogoenergetyczna	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 049,8 kcal B: 95,7 T: 60,3 kw. tł.: 23,0 W: 307,0 w tym cukry: 43,6 Bł: 29,8 sól: 5,6						
Ubogoresztkowa	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)

E: 2 077,0 kcal B: 98,3 T: 58,3 kw. tł.: 22,4 W: 318,2 w tym cukry: 41,7 Bł: 32,1 sól: 5,7						
Z ogr. tłuszczu	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2 077,0 kcal B: 98,3 T: 58,3 kw. tł.: 22,4 W: 318,2 w tym cukry: 41,7 Bł: 32,1 sól: 5,7						
Niskobiałkowa	Makaron z warzywami (350 g/1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 1 779,1 kcal B: 37,7 T: 23,2 kw. tł.: 4,9 W: 376,1 w tym cukry: 91,3 Bł: 33,1 sól: 0,8						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), 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)	Dżem (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 040,3 kcal B: 99,2 T: 48,3 kw. tł.: 17,0 W: 330,6 w tym cukry: 59,8 Bł: 32,0 sól: 3,9						
Papkowata, półpłynna	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 760,1 kcal B: 118,1 T: 87,8 kw. tł.: 27,6 W: 404,3 w tym cukry: 46,8 Bł: 37,3 sól: 6,2						

Bogatobiałkowa	Polędwica sopocka (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 657,6 kcal B: 126,1 T: 73,7 kw. tł.: 30,3 W: 401,2 w tym cukry: 50,0 Bł: 32,5 sól: 6,0						
Polożnice	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 3 016,4 kcal B: 132,1 T: 109,9 kw. tł.: 43,1 W: 403,1 w tym cukry: 52,7 Bł: 31,6 sól: 8,9						
Bezmięsne	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ 1,3), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 550,3 kcal B: 85,0 T: 116,1 kw. tł.: 30,9 W: 316,4 w tym cukry: 36,4 Bł: 30,3 sól: 10,0						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 3 028,5 kcal B: 128,0 T: 98,3 kw. tł.: 40,5 W: 436,8 w tym cukry: 65,6 Bł: 32,2 sól: 6,9						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (40 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek kiszony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 752,1 kcal B: 126,7 T: 90,5 kw. tł.: 36,3 W: 386,2 w tym cukry: 51,8 Bł: 32,4 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.						

Sporządził: W. S./K.M./K.W.