

| 29.07.2024  |  |  |   |              |  |  |
|---|--|--|---|--------------|--|--|
|   | Śniadanie  | II śniadanie                                 | Obiad   | Podwieczorek | Kolacja  | II kolacja   |
| <b>Podstawowa</b>   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Grochowa (450 ml/1,9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)                    |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)   |
| <b>E: 2 897,5 kcal B: 92,3 T: 101,7 kw. tł.: 32,9 W: 447,6 w tym cukry: 44,4 Bł: 47,5 sól: 3,5</b>  |  |  |   |              |  |  |
| <b>Z ogr. latwo p. węglowodanów</b>   | Jajko gotowane (2 szt/3) ,<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata (250 ml)   | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron razowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/1,6,9),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata (250 ml)                  | Polędwica drobiowa (60 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy) |
| <b>E: 2 509,7 kcal B: 99,6 T: 80,3 kw. tł.: 22,9 W: 386,5 w tym cukry: 23,5 Bł: 43,2 sól: 4,8</b>   |  |  |   |              |  |  |
| <b>Bogatoresztkowa</b>  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Grochowa (450 ml/1,9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)                    |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)   |
| <b>E: 3 005,5 kcal B: 100,0 T: 105,3 kw. tł.: 35,0 W: 458,8 w tym cukry: 46,2 Bł: 47,5 sól: 3,7</b> |  |  |   |              |  |  |
| <b>Lekkostrawna</b>   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)                |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)   |

|  |   |                         |  |  |  |                                   |
|--|---|-------------------------|--|--|--|-----------------------------------|
| <b>E: 2 847,9 kcal B: 85,8 T: 98,9 kw. tł.: 32,1 W: 442,9 w tym cukry: 42,9 Bł: 42,2 sól: 3,5</b>  |   |                         |  |  |  |                                   |
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)     | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 796,6 kcal B: 109,6 T: 81,0 kw. tł.: 30,8 W: 439,8 w tym cukry: 38,6 Bł: 35,6 sól: 4,8</b> |   |                         |  |  |  |                                   |
| Ubogoenergetyczna  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)             | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)          | Jogurt naturalny (1 szt/7)        |
| <b>E: 2 535,3 kcal B: 95,6 T: 75,0 kw. tł.: 27,5 W: 403,2 w tym cukry: 41,9 Bł: 36,8 sól: 3,5</b>  |   |                         |  |  |  |                                   |
| Ubogoresztkowa   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)     | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)        |
| <b>E: 2 571,3 kcal B: 98,8 T: 74,8 kw. tł.: 27,4 W: 407,4 w tym cukry: 39,5 Bł: 34,6 sól: 4,6</b>  |   |                         |  |  |  |                                   |
| Z ogr. tłuszczu  | Szynka konserwowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)        |
| <b>E: 2 552,7 kcal B: 156,1 T: 77,3 kw. tł.: 28,1 W: 408,0 w tym cukry: 41,4 Bł: 34,9 sól: 4,4</b> |   |                         |  |  |  |                                   |

|  |  |  |   |  |  |                                   |
|--|--|--|---|--|--|-----------------------------------|
| <b>Niskobiałkowa</b>   | Miód (50 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)   | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z warzywami gotowanymi (350 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)   |  | Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Sok owocowo-warzywny (1 szt.)     |
| <b>E: 1 935,3 kcal B: 51,2 T: 33,6 kw. tł.: 14,4 W: 403,7 w tym cukry: 84,3 Bł: 50,4 sól: 3,5</b>  |  |  |   |  |  |                                   |
| <b>Bezsolna</b>  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Jogurt naturalny (1 szt/7)        |
| <b>E: 2 571,3 kcal B: 98,8 T: 74,8 kw. tł.: 27,4 W: 407,4 w tym cukry: 39,5 Bł: 34,6 sól: 4,6</b>  |  |  |   |  |  |                                   |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>  | Pasta z jajek (100 g/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)   | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7)<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona mielona (60 g/1,3)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 953,5 kcal B: 117,1 T: 95,1 kw. tł.: 38,1 W: 440,2 w tym cukry: 38,6 Bł: 35,6 sól: 5,0</b> |  |  |   |  |  |                                   |
| <b>Bogatobiałkowa</b>  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/1,9),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                |  | Rolada pieczona (60 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 868,6 kcal B: 114,1 T: 84,8 kw. tł.: 33,0 W: 446,8 w tym cukry: 42,8 Bł: 37,8 sól: 4,0</b> |  |  |   |  |  |                                   |

|                  |  |  |  |                           |   |                            |
|------------------|--|--|--|---------------------------|---|----------------------------|
| <b>Położnice</b> | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml) | Deser z ryżem (1 szt/1,7) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7) |
|------------------|--|--|--|---------------------------|---|----------------------------|

**E: 3 157,9 kcal B: 100,5 T: 107,7 kw. tł.: 37,7 W: 485,7 w tym cukry: 64,3 Bł: 44,2 sól: 4,3**

|                  |  |                |  |  |   |                            |
|------------------|--|----------------|--|--|---|----------------------------|
| <b>Bezmięśne</b> | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Soczewica z warzywami (100 g/9)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7) |
|------------------|--|----------------|--|--|---|----------------------------|

**E: 2 821,8 kcal B: 89,5 T: 85,2 kw. tł.: 27,0 W: 468,7 w tym cukry: 44,3 Bł: 48,2 sól: 3,1**

|                                      |   |                |   |                           |  |                                   |
|--------------------------------------|---|----------------|---|---------------------------|--|-----------------------------------|
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b> | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Deser z ryżem (1 szt/1,7) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
|--------------------------------------|---|----------------|---|---------------------------|--|-----------------------------------|

**E: 3 205,3 kcal B: 103,2 T: 102,7 kw. tł.: 38,9 W: 506,6 w tym cukry: 60,8 Bł: 44,9 sól: 4,2**

|               |  |                |  |                           |   |                            |
|---------------|--|----------------|--|---------------------------|---|----------------------------|
| <b>Dzieci</b> | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml) | Deser z ryżem (1 szt/1,7) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7) |
|---------------|--|----------------|--|---------------------------|---|----------------------------|

**E: 3 049,9 kcal B: 92,8 T: 104,1 kw. tł.: 35,5 W: 474,5 w tym cukry: 62,5 Bł: 44,2 sól: 4,0**

**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.

| 30.07.2024   |   |  |   |              |  |  |
|--|---|--|---|--------------|--|--|
|  | Śniadanie   | II śniadanie                                 | Obiad   | Podwieczorek | Kolacja  | II kolacja   |
| <b>Podstawowa</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)  |              | Ser żółty (70 g/1,7)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)              | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)   |
| <b>E: 2 223,2 kcal B: 109,7 T: 55,7 kw. tł.: 24,7 W: 348,9 w tym cukry: 50,1 Bł: 31,9 sól: 7,5</b> |   |  |   |              |  |  |
| <b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata (250 m)             | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)                        |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ogórek zielony (80 g) | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/1,6),<br>Chleb razowy (90 g/1,6),<br>ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy) |
| <b>E: 2 261,7 kcal B: 105,4 T: 61,4 kw. tł.: 19,3 W: 361,0 w tym cukry: 27,7 Bł: 45,5 sól: 7,2</b> |   |  |   |              |  |  |
| <b>Bogatoresztkowa</b>   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)  |              | Ser żółty (70 g/1,7)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)              | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)   |
| <b>E: 2 331,2 kcal B: 117,4 T: 59,3 kw. tł.: 26,8 W: 360,1 w tym cukry: 51,9 Bł: 31,9 sól: 7,7</b> |   |  |   |              |  |  |
| <b>Lekkostrawna</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ogórek zielony (80 g)  | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)   |
| <b>E: 2 107,3 kcal B: 102,9 T: 51,2 kw. tł.: 20,7 W: 336,7 w tym cukry: 47,1 Bł: 31,9 sól: 6,3</b> |   |  |   |              |  |  |

|  |   |                         |   |  |  |  |
|--|---|-------------------------|---|--|--|--|
| Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)            |
| <b>E: 2 571,5 kcal B: 127,3 T: 68,7 kw. tł.: 29,3 W: 393,6 w tym cukry: 38,6 Bł: 36,6 sól: 6,0</b> |   |                         |   |  |  |  |
| Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)   | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 012,3 kcal B: 103,2 T: 54,1 kw. tł.: 20,6 W: 308,3 w tym cukry: 33,9 Bł: 33,9 sól: 5,8</b> |   |                         |   |  |  |  |
| Ubogenergetyczna   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                    | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 007,3 kcal B: 101,5 T: 54,0 kw. tł.: 20,6 W: 309,5 w tym cukry: 35,0 Bł: 34,4 sól: 5,6</b> |   |                         |   |  |  |  |
| Niskobiałkowa  | Krupnik jaglany (450 ml/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Placki jarzynowe smażone (350 g/2 szt/1,3,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)                                 |  | Kasza jęczmienna z gotowanymi warzywami (350 g/1,9),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Sok pomidorowy (1 szt)                       |
| <b>E: 1 879,8 kcal B: 50,9 T: 31,3 kw. tł.: 9,6 W: 381,2 w tym cukry: 40,7 Bł: 44,7 sól: 3,2</b>   |   |                         |   |  |  |  |
| Bezsolna   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)  | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)                               | Sok pomidorowy (1 szt)                       |
| <b>E: 2 012,3 kcal B: 103,2 T: 54,1 kw. tł.: 20,6 W: 308,3 w tym cukry: 33,9 Bł: 33,9 sól: 5,8</b> |   |                         |   |  |  |  |

|  |  |  |  |                        |  |  |
|--|--|--|--|------------------------|--|--|
| <b>Papkowata,<br/>półpłynna</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)   | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)                                |                        | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)            |
| <b>E: 2 571,5 kcal B: 127,3 T: 68,7 kw. tł.: 29,3 W: 393,6 w tym cukry: 38,6 Bł: 36,6 sól: 6,0</b> |  |  |  |                        |  |  |
| <b>Bogatobiałkowa</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)  | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)                                |                        | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)            |
| <b>E: 2 674,5 kcal B: 133,3 T: 72,2 kw. tł.: 31,4 W: 406,0 w tym cukry: 41,5 Bł: 37,1 sól: 6,1</b> |  |  |  |                        |  |  |
| <b>Polożnice</b>   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok pomidorowy (1 szt) | Ser żółty (70 g/1,7)<br>Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                        | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 708,6 kcal B: 133,6 T: 66,9 kw. tł.: 30,7 W: 425,1 w tym cukry: 56,6 Bł: 36,5 sól: 9,1</b> |  |  |  |                        |  |  |
| <b>Bezmięsne</b>   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)  | Jabłko (1 szt)                               | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Placki jarzynowe smażone (350 g/2 szt/1,3,9), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)                                |                        | Ser żółty (70 g/1,7)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                    | Sok pomidorowy (1 szt)                       |
| <b>E: 2 128,8 kcal B: 88,2 T: 53,2 kw. tł.: 23,9 W: 354,5 w tym cukry: 51,8 Bł: 33,8 sól: 7,7</b>  |  |  |  |                        |  |  |

|  |   |                         |   |                                   |   |  |
|--|---|-------------------------|---|-----------------------------------|---|--|
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>   | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)  | Sok pomidorowy (1 szt)            | Ser żółty (70 g/1,7)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                | Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)            |
| <b>E: 2 825,3 kcal B: 136,4 T: 70,6 kw. tł.: 33,4 W: 442,7 w tym cukry: 55,5 Bł: 35,8 sól: 8,7</b>   |   |                         |   |                                   |   |  |
| <b>Dzieci</b>  | Serek wiejski (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)          | Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) | Kanapka z pomidorem (1 szt/1,6,7) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek zielony (80 g) | Szynka wędzona (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 878,9 kcal B: 135,1 T: 77,5 kw. tł.: 31,8 W: 447,3 w tym cukry: 56,6 Bł: 41,5 sól: 8,7</b>   |   |                         |   |                                   |   |  |
| <b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b> |   |                         |   |                                   |   |  |



| 31.07.2024  |   |   |  |                |   |   |
|---|---|---|--|----------------|---|---|
|   | Śniadanie   | II śniadanie  | Obiad  | Podwieczorek   | Kolacja   | II kolacja  |
| <b>Podstawowa</b>   | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)  | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                  |                | Forszmak (300 g/ <b>1</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> )   |
| <b>E: 2 313,5 kcal B: 172,9 T: 158,5 kw. tł.: 34,1 W: 375,7 w tym cukry: 43,0 Bł: 44,3 sól: 4,3</b> |   |   |  |                |   |   |
| <b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>   | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Herbata (250 ml)                    | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Udko drobiowe pieczone (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata (250 ml)      | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>pomidor (50 g)<br>(dodatek insulinowy) |
| <b>E: 2 354,7 kcal B: 87,6 T: 69,8 kw. tł.: 23,1 W: 267,8 w tym cukry: 28,4 Bł: 36,7 sól: 4,0</b>   |   |   |  |                |   |   |
| <b>Bogatoresztkowa</b>  | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                  | Jabłko (1 szt) | Forszmak (300 g/ <b>1</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> )   |
| <b>E: 2 421,5 kcal B: 180,6 T: 162,1 kw. tł.: 36,2 W: 386,9 w tym cukry: 44,8 Bł: 44,3 sól: 4,6</b> |   |   |  |                |   |   |
| <b>Lekkostrawna</b>   | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)  | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                  |                | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> )   |
| <b>E: 2 218,7 kcal B: 178,0 T: 151,0 kw. tł.: 29,3 W: 364,7 w tym cukry: 32,9 Bł: 45,6 sól: 3,0</b> |   |   |  |                |   |   |

|  |  |                         |  |  |   |   |
|--|--|-------------------------|--|--|---|---|
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego   | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe pieczone (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)               | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 813,8 kcal B: 130,3 T: 85,4 kw. tł.: 32,0 W: 408,8 w tym cukry: 35,5 Bł: 31,7 sól: 5,7</b> |  |                         |  |  |   |   |
| Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                            | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe pieczone (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)               | Bukiet warzyw gotowany (100 g/9)        |
| <b>E: 2 183,2 kcal B: 103,1 T: 67,3 kw. tł.: 22,3 W: 323,9 w tym cukry: 30,6 Bł: 35,9 sól: 5,0</b> |  |                         |  |  |   |   |
| Ubogoenergetyczna  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                           | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe pieczone (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)                        | Bukiet warzyw gotowany (100 g/9)        |
| <b>E: 2 128,0 kcal B: 99,6 T: 67,7 kw. tł.: 22,4 W: 315,1 w tym cukry: 33,2 Bł: 38,6 sól: 4,2</b>  |  |                         |  |  |   |   |
| Niskobiałkowa  | Makaron z truskawkami (350 g/1,7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Pierogi z wiśniami (350 g/8 szt/1,3,7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)  |  | Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Bukiet warzyw gotowany (100 g/9)        |
| <b>E: 2 059,8 kcal B: 53,7 T: 61,7 kw. tł.: 34,1 W: 356,2 w tym cukry: 57,9 Bł: 35,9 sól: 2,0</b>  |  |                         |  |  |   |   |

|  |  |  |   |                      |   |   |
|--|--|--|---|----------------------|---|---|
| <b>Bezsolna</b>  | Ser biały (100 g/7), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)   | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Bukiet warzyw gotowany (100 g/9)        |
| <b>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</b> |  |  |   |                      |   |   |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>  | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9)<br>Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                      | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe mielone pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |                      | Schab pieczony mielony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 962,2 kcal B: 126,9 T: 91,3 kw. tł.: 30,6 W: 435,6 w tym cukry: 37,6 Bł: 33,4 sól: 5,7</b> |  |  |   |                      |   |   |
| <b>Bogatobiałkowa</b>  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                      | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 761,6 kcal B: 127,5 T: 83,9 kw. tł.: 31,6 W: 407,8 w tym cukry: 37,5 Bł: 37,7 sól: 5,1</b> |  |  |   |                      |   |   |
| <b>Poloźnice</b>   | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9)<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/1,3,7),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)     | Biszkopty (50 g/1,7) | Forszmak (300 g/1),<br>Chleb sitkowy (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Bukiet warzyw gotowany (100 g/9)        |
| <b>E: 2 931,0 kcal B: 113,4 T: 82,4 kw. tł.: 34,6 W: 474,6 w tym cukry: 64,7 Bł: 46,2 sól: 6,1</b> |  |  |   |                      |   |   |

|                  |   |                |  |  |   |   |
|------------------|---|----------------|--|--|---|---|
| <b>Beźmięsne</b> | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z grochu (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ) |
|------------------|---|----------------|--|--|---|---|

**E: 2 444,0 kcal B: 324,5 T: 289,5 kw. tł.: 22,7 W: 424,4 w tym cukry: 42,5 Bł: 83,8 sól: 5,2**

|                                      |  |                         |   |                               |   |  |
|--------------------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------------|---|--|
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b> | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Biszkopty (50 g/ <b>1,7</b> ) | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> ) |
|--------------------------------------|--|-------------------------|---|-------------------------------|---|--|

**E: 2 984,3 kcal B: 122,4 T: 80,3 kw. tł.: 32,4 W: 477,9 w tym cukry: 51,3 Bł: 40,7 sól: 5,1**

|               |   |                |   |                                     |   |   |
|---------------|---|----------------|---|-------------------------------------|---|---|
| <b>Dzieci</b> | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (40 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pierogi ze serem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> ) | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Bukiet warzyw gotowany (100 g/ <b>9</b> ) |
|---------------|---|----------------|---|-------------------------------------|---|---|

**E: 2 697,7 kcal B: 112,7 T: 72,8 kw. tł.: 28,7 W: 440,5 w tym cukry: 47,3 Bł: 47,9 sól: 4,6**

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

| 01.08.2024   |  |  |   |              |  |  |
|--|--|--|---|--------------|--|--|
|  | Śniadanie  | II śniadanie                                   | Obiad   | Podwieczorek | Kolacja  | II kolacja   |
| <b>Podstawowa</b>  | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt)                                  | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z<br>kapusty czerwonej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)      |              | Twarożek z rzodkiewką i<br>szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane<br>(1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)  |
| <b>E: 2 554,4 kcal B: 110,6 T: 73,9 kw. tł.: 27,3 W: 393,1 w tym cukry: 45,6 Bł: 35,1 sól: 5,1</b> |  |  |   |              |  |  |
| <b>Z ogr. łatwo p.<br/>węglowodanów</b>  | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata (250 ml)   | Banan (1 szt)<br>Jogurt naturalny<br>(180 g/7) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>kasza gryczana gotowana (200 g),<br>sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i<br>szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Herbata (250 ml)            | Kiełbasa<br>szynkowa (60<br>g/1,6), chleb<br>razowy (90<br>g/1,6), mix do<br>smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>papryka (50 g)<br>(dodatek<br>insulinowy) |
| <b>E: 2 339,8 kcal B: 85,1 T: 59,5 kw. tł.: 18,1 W: 300,1 w tym cukry: 31,4 Bł: 34,7 sól: 4,6</b>  |  |  |   |              |  |  |
| <b>Bogatoresztkowa</b>   | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt)<br>Jogurt naturalny<br>(180 g/7) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z<br>kapusty czerwonej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)      |              | Twarożek z rzodkiewką i<br>szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane<br>(1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)  |
| <b>E: 2 662,4 kcal B: 118,3 T: 77,5 kw. tł.: 29,4 W: 404,3 w tym cukry: 47,4 Bł: 35,1 sól: 5,4</b> |  |  |   |              |  |  |
| <b>Lekkostrawna</b>  | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt)                                  | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z<br>kapusty czerwonej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)      |              | Twarożek z rzodkiewką i<br>szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane<br>(1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)  |

|  |  |               |   |  |  |  |
|--|--|---------------|---|--|--|--|
| <b>E: 2 403,1 kcal B: 114,4 T: 63,8 kw. tł.: 24,7 W: 373,3 w tym cukry: 46,2 Bł: 34,6 sól: 4,8</b> |  |               |   |  |  |  |
| Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego   | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)   | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)   |
| <b>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</b> |  |               |   |  |  |  |
| Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu   | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)<br><u>z ogr. tłuszczu:</u><br>serek waniliowy (1 szt/7) |
| <b>E: 2 368,8 kcal B: 114,1 T: 55,5 kw. tł.: 24,7 W: 375,4 w tym cukry: 54,3 Bł: 27,4 sól: 6,0</b> |  |               |   |  |  |  |
| <b>Z ogr. tłuszczu:</b>  |  |               |   |  |  |  |
| <b>E: 2 431,9 kcal B: 117,0 T: 59,8 kw. tł.: 29,6 W: 377,4 w tym cukry: 70,4 Bł: 25,9 sól: 5,7</b> |  |               |   |  |  |  |
| Ubogenergetyczna   | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)          | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)   |
| <b>E: 2 337,8 kcal B: 112,6 T: 55,8 kw. tł.: 24,8 W: 370,0 w tym cukry: 55,6 Bł: 29,1 sól: 5,2</b> |  |               |   |  |  |  |
| Niskobiałkowa  | Krupnik jaglany (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Placki jarzynowe smażone (350 g/1,3,9),<br>buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                          |  | Brokuły gotowane (300 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1 szt)   |

**E: 2 074,8 kcal B: 48,9 T: 32,0 kw. tł.: 13,3 W: 436,0 w tym cukry: 80,1 Bł: 42,6 sól: 3,5**

|                 |   |               |   |  |  |  |
|-----------------|---|---------------|---|--|--|--|
| <b>Bezsolna</b> | Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1) |
|-----------------|---|---------------|---|--|--|--|

**E: 2 413,1 kcal B: 125,1 T: 54,2 kw. tł.: 24,2 W: 383,6 w tym cukry: 54,2 Bł: 32,0 sól: 4,7**

|                             |   |               |  |  |  |                                    |
|-----------------------------|---|---------------|--|--|--|------------------------------------|
| <b>Papkowata, półpłynna</b> | Paszтет sojowy (1 szt/6,9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/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**

|                       |  |   |   |  |   |                                    |
|-----------------------|--|---|---|--|---|------------------------------------|
| <b>Bogatobiałkowa</b> | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Ryżanka (450 ml/9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) |
|-----------------------|--|---|---|--|---|------------------------------------|

**E: 2 581,7 kcal B: 131,6 T: 60,5 kw. tł.: 29,8 W: 405,1 w tym cukry: 59,4 Bł: 31,6 sól: 5,3**

|                  |  |   |   |                       |   |  |
|------------------|--|---|---|-----------------------|---|--|
| <b>Polożnice</b> | Szynka z indyka (60 g/6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Banan (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Herbatniki (50 g/1,7) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1) |
|------------------|--|---|---|-----------------------|---|--|

**E: 2 880,9 kcal B: 122,4 T: 83,0 kw. tł.: 30,1 W: 442,7 w tym cukry: 63,9 Bł: 35,8 sól: 5,7**

|                  |  |               |   |  |  |  |
|------------------|--|---------------|---|--|--|--|
| <b>Bezmięsna</b> | Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> )<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Banan (1 szt) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kopytka gotowane ze szpinakiem (350 g/ <b>1,3</b> ), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ),<br>sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
|------------------|--|---------------|---|--|--|--|

**E: 2 531,0 kcal B: 98,8 T: 69,5 kw. tł.: 22,9 W: 411,5 w tym cukry: 49,8 Bł: 41,0 sól: 4,6**

|                                      |  |               |  |                                |  |   |
|--------------------------------------|--|---------------|--|--------------------------------|--|---|
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b> | Szynka z indyka (60 g/ <b>6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> )<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Banan (1 szt) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> ) | Serek naturalny (150 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) |
|--------------------------------------|--|---------------|--|--------------------------------|--|---|

**E: 3 032,0 kcal B: 126,1 T: 86,8 kw. tł.: 38,8 W: 466,3 w tym cukry: 73,6 Bł: 33,6 sól: 5,8**

|               |  |               |  |   |  |  |
|---------------|--|---------------|--|---|--|--|
| <b>Dzieci</b> | Szynka z indyka (60 g/ <b>6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> )<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Banan (1 szt) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Racuchy z wiśniami (1 szt/ <b>1,3,7</b> ) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
|---------------|--|---------------|--|---|--|--|

**E: 2 809,1 kcal B: 123,5 T: 70,9 kw. tł.: 25,5 W: 452,0 w tym cukry: 56,7 Bł: 37,5 sól: 4,8**

**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.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.



| 02.08.2024  |  |  |  |              |  |  |
|---|--|--|--|--------------|--|--|
|   | Śniadanie  | II śniadanie                                 | Obiad  | Podwieczorek | Kolacja  | II kolacja   |
| Podstawowa  | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)  |
| E: 2 551,0 kcal B: 98,9 T: 85,5 kw. tł.: 28,8 W: 373,9 w tym cukry: 50,0 Bł: 31,8 sól: 5,0  |  |  |  |              |  |  |
| z ogr. łatwo p. węglowodanów  | Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6)<br>Chleb razowy (120 g/ 1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7),<br>Papryka (80 g)<br>Herbata (250 ml)                   | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata (250 ml)          | Serek biały (100 g/7),<br>chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>sałata (dodatek insulinowy) |
| E: 2 151,5 kcal B: 103,0 T: 71,8 kw. tł.: 20,2 W: 310,0 w tym cukry: 21,4 Bł: 38,9 sól: 7,6 |  |  |  |              |  |  |
| Bogatoresztkowa   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)  |
| E: 2 659,0 kcal B: 106,6 T: 89,1 kw. tł.: 30,9 W: 385,1 w tym cukry: 51,8 Bł: 31,8 sól: 5,3 |  |  |  |              |  |  |
| Lekkostrawna  | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)  |
| E: 2 551,0 kcal B: 98,9 T: 85,5 kw. tł.: 28,8 W: 373,9 w tym cukry: 50,0 Bł: 31,8 sól: 5,0  |  |  |  |              |  |  |

|   |   |                         |   |  |   |   |
|---|---|-------------------------|---|--|---|---|
| z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7) |
| <b>E: 2 500,1 kcal B: 93,7 T: 71,7 kw. tł.: 23,7 W: 392,6 w tym cukry: 50,8 Bł: 27,5 sól: 4,2</b> |   |                         |   |  |   |   |
| Ubogoenergetyczna   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)          | Jabłko (1 szt)          | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Herbata z cukrem (250 ml)   | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 313,0 kcal B: 91,8 T: 76,2 kw. tł.: 27,4 W: 340,6 w tym cukry: 50,1 Bł: 29,7 sól: 3,7</b> |   |                         |   |  |   |   |
| Ubogoresztkowa  | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 408,3 kcal B: 94,3 T: 78,3 kw. tł.: 27,9 W: 353,6 w tym cukry: 49,9 Bł: 26,5 sól: 3,9</b> |   |                         |   |  |   |   |
| Z ogr. tłuszczu   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Szynka konserwowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 230,5 kcal B: 87,4 T: 60,9 kw. tł.: 25,5 W: 354,3 w tym cukry: 49,8 Bł: 26,5 sól: 4,8</b> |   |                         |   |  |   |   |

|  |   |  |   |                     |  |   |
|--|---|--|---|---------------------|--|---|
| Niskobiałkowa  | Dżem owocowy (50 g), bułka parówka (120 g/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Jabłko (1 szt)                               | Grycikowa (450 ml/1,9),<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)  |                     | Ryż z truskawkami (350 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Sok owocowy (1 szt.)                    |
| <b>E: 2 090,4 kcal B: 34,9 T: 45,3 kw. tł.: 15,4 W: 414,2 w tym cukry: 78,0 Bł: 32,6 sól: 1,8</b>  |   |  |   |                     |  |   |
| Bezsolna   | Dżem owocowy (25 g), bułka parówka (120 g/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)                 | Jabłko (1 szt)                               | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)              |                     | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                           | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 408,3 kcal B: 94,3 T: 78,3 kw. tł.: 27,9 W: 353,6 w tym cukry: 49,9 Bł: 26,5 sól: 3,9</b>  |   |  |   |                     |  |   |
| Papkowata, półpłynna   | Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)                 | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)              |                     | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                           | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7) |
| <b>E: 2 457,1 kcal B: 93,7 T: 71,7 kw. tł.: 23,7 W: 382,7 w tym cukry: 59,0 Bł: 28,2 sól: 4,2</b>  |   |  |   |                     |  |   |
| Bogatobiałkowa   | Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6)<br>Bułka pszenna (1 szt/ 1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Grycikowa (450 ml/1,9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)              |                     | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                          | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7) |
| <b>E: 2 541,9 kcal B: 110,1 T: 70,7 kw. tł.: 25,0 W: 400,7 w tym cukry: 46,6 Bł: 38,2 sól: 5,3</b> |   |  |   |                     |  |   |
| Położnice  | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)                | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Krakersy (35 g/1,7) | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 819,0 kcal B: 110,1 T: 95,8 kw. tł.: 32,6 W: 405,7 w tym cukry: 53,6 Bł: 31,8 sól: 6,3</b> |   |  |   |                     |  |   |

|  |  |                         |  |                                   |  |   |
|--|--|-------------------------|--|-----------------------------------|--|---|
| <b>Bezmieśne</b>   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                                   | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 551,0 kcal B: 98,9 T: 85,5 kw. tl.: 28,8 W: 373,9 w tym cukry: 50,0 Bł: 31,8 sól: 5,0</b>  |  |                         |  |                                   |  |   |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>   | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)        | Krakersy (35 g/1,7)               | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                          | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7) |
| <b>E: 2 744,2 kcal B: 97,9 T: 82,3 kw. tl.: 26,1 W: 429,2 w tym cukry: 53,2 Bł: 32,0 sól: 4,8</b>  |  |                         |  |                                   |  |   |
| <b>Dzieci</b>  | Dżem owocowy (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Zacierka na jarzynach (450 ml/1,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Makaron z truskawkami (150 g/1,7) | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 856,8 kcal B: 112,2 T: 94,3 kw. tl.: 31,0 W: 417,8 w tym cukry: 60,1 Bł: 32,9 sól: 5,2</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> |  |                         |  |                                   |  |   |

| 03.08.2024   |  |   |  |              |  |   |
|--|--|---|--|--------------|--|---|
|  | Śniadanie  | II śniadanie                                  | Obiad  | Podwieczorek | Kolacja  | II kolacja  |
| <b>Podstawowa</b>  | Ser topiony (100 g/1,7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)  | Jabłko (1 szt)                                | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Baleron wędzony (60 g/1,6)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Jogurt naturalny (1 szt/7)  |
| <b>E: 2 309,2 kcal B: 85,2 T: 83,6 kw. tł.: 36,2 W: 337,2 w tym cukry: 31,9 Bł: 35,6 sól: 6,7</b>  |  |   |  |              |  |   |
| <b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>  | Twarożek (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata (250 ml)                  | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7)  | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g)<br>Herbata (250 ml)          | Serek naturalny (1 szt/7), chleb razowy (90 g/1,6), pomidor (80 g) (dodatek insulinowy) |
| <b>E: 2 362,2 kcal B: 108,8 T: 70,2 kw. tł.: 27,5 W: 363,5 w tym cukry: 20,2 Bł: 43,2 sól: 5,7</b> |  |   |  |              |  |   |
| <b>Bogatoresztkowa</b>   | Ser topiony (100 g/1,7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)  | Jabłko (1 szt),<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Baleron wędzony (60 g/1,6)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Jogurt naturalny (1 szt/7)  |
| <b>E: 2 417,2 kcal B: 92,9 T: 87,2 kw. tł.: 38,3 W: 348,4 w tym cukry: 33,7 Bł: 35,6 sól: 7,0</b>  |  |   |  |              |  |   |
| <b>Lekkostrawna</b>  | Ser topiony (100 g/1,7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                                | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)  |
| <b>E: 2 279,8 kcal B: 86,4 T: 79,2 kw. tł.: 33,8 W: 339,0 w tym cukry: 31,9 Bł: 35,6 sól: 6,6</b>  |  |   |  |              |  |   |

|  |  |                         |  |  |  |                               |
|--|--|-------------------------|--|--|--|-------------------------------|
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółdkowego   | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Makaron na mleku (450 ml/1,7) |
| <b>E: 2 755,1 kcal B: 123,3 T: 74,5 kw. tł.: 30,0 W: 428,2 w tym cukry: 29,4 Bł: 34,3 sól: 5,8</b> |  |                         |  |  |  |                               |
| Ubogoenergetyczna  | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                    | Jabłko (1 szt)          | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)          | Jogurt naturalny (1 szt/7)    |
| <b>E: 2 119,7 kcal B: 91,1 T: 59,5 kw. tł.: 21,3 W: 336,0 w tym cukry: 31,5 Bł: 34,7 sól: 4,1</b>  |  |                         |  |  |  |                               |
| Ubogoresztkowa   | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                       | Jabłko (1 szt)          | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)    |
| <b>E: 2 155,7 kcal B: 94,3 T: 59,3 kw. tł.: 21,3 W: 340,2 w tym cukry: 29,1 Bł: 32,5 sól: 5,1</b>  |  |                         |  |  |  |                               |
| Z ogr. tłuszczu  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                     | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Jogurt naturalny (1 szt/7)    |
| <b>E: 2 155,7 kcal B: 94,3 T: 59,3 kw. tł.: 21,3 W: 340,2 w tym cukry: 29,1 Bł: 32,5 sól: 5,1</b>  |  |                         |  |  |  |                               |

|  |   |  |  |                                 |  |                               |
|--|---|--|--|---------------------------------|--|-------------------------------|
| <b>Niskobiałkowa</b>   | Krupnik ryżowy (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)                           | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa (450 ml/9)<br>Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)  |                                 | Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)                                 | Sok pomidorowy (1 szt)        |
| <b>E: 2 045,7 kcal B: 61,7 T: 35,2 kw. tł.: 15,0 W: 410,5 w tym cukry: 40,1 Bł: 51,5 sól: 4,4</b>  |   |  |  |                                 |  |                               |
| <b>Bezsolna</b>  | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)  | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |                                 | Makaron pszenny z warzywami gotowanymi (350 g/1,9),<br>Herbata z cukrem (250 ml)   | Jogurt naturalny (1 szt/7)    |
| <b>E: 2 155,7 kcal B: 94,3 T: 59,3 kw. tł.: 21,3 W: 340,2 w tym cukry: 29,1 Bł: 32,5 sól: 5,1</b>  |   |  |  |                                 |  |                               |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)                         | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |                                 | Serek waniliowy (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                        | Makaron na mleku (450 ml/1,7) |
| <b>E: 2 892,2 kcal B: 125,7 T: 81,1 kw. tł.: 35,2 W: 445,5 w tym cukry: 45,6 Bł: 34,3 sól: 4,7</b> |   |  |  |                                 |  |                               |
| <b>Bogatobiałkowa</b>  | Twarożek (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)                        | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |                                 | Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                     | Makaron na mleku (450 ml/1,7) |
| <b>E: 2 827,1 kcal B: 127,8 T: 78,3 kw. tł.: 32,2 W: 435,2 w tym cukry: 33,6 Bł: 36,5 sól: 5,0</b> |   |  |  |                                 |  |                               |
| <b>Poloźnicze</b>  | Ser topiony (100 g/1,7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9)<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)   | Deser z kaszą manną (1 szt/1,7) | Baleron wędzony (60 g/1,6)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/7)    |

|   |  |                |   |  |   |                                     |
|---|--|----------------|---|--|---|-------------------------------------|
| <b>E: 2 923,9 kcal B: 116,1 T: 104,2 kw. tł.: 49,0 W: 414,9 w tym cukry: 49,3 Bł: 38,4 sól: 7,6</b> |  |                |   |  |   |                                     |
| <b>Bezmięsne</b>  | Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (80 g),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kaszotto z kostką sojową (350 g/ <b>1,9</b> ),<br>brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z soczewicy (100 g/ <b>9</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/ <b>7</b> ) |

|  |   |                         |  |  |  |  |
|--|---|-------------------------|--|--|--|--|
| <b>E: 2 469,2 kcal B: 100,4 T: 70,7 kw. tł.: 27,9 W: 406,8 w tym cukry: 35,9 Bł: 52,3 sól: 5,3</b> |   |                         |  |  |  |  |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>   | Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) | Deser z kaszą manną (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |

|   |   |                |  |  |  |                                     |
|---|---|----------------|--|--|--|-------------------------------------|
| <b>E: 3 082,6 kcal B: 120,0 T: 106,7 kw. tł.: 50,2 W: 446,0 w tym cukry: 46,8 Bł: 39,4 sól: 7,5</b> |   |                |  |  |  |                                     |
| <b>Dzieci</b>   | Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (80 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ),<br>Kasza jagłana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml) | Deser z kaszą manną (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Karczek pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Ogórek zielony (80 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jogurt naturalny (1 szt/ <b>7</b> ) |

**E: 2 786,5 kcal B: 109,6 T: 96,2 kw. tł.: 44,5 W: 405,5 w tym cukry: 47,5 Bł: 38,4 sól: 7,2**

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



| 04.08.2024  |  |  |  |              |   |  |
|---|--|--|--|--------------|---|--|
|   | Śniadanie  | II śniadanie   | Obiad  | Podwieczorek | Kolacja   | II kolacja   |
| <b>Podstawowa</b>   | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                       | Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb pszenny (50 g/ <b>1</b> ),<br>Stek wieprzowy pieczony z duszoną<br>cebulką (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane<br>(200 g), sałatka z buraka i jabłka (150<br>g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                         | Ser żółty (30<br>g/ <b>1,7</b> ), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )  |
| <b>E: 2 466,1 kcal B: 85,2 T: 97,6 kw. tł.: 31,2 W: 336,5 w tym cukry: 43,9 Bł: 31,2 sól: 10,6</b>  |  |  |  |              |   |  |
| <b>Z ogr. latwo p.<br/>węglowodanów</b>   | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Herbata (250 ml)                    | Jabłko (1<br>szt), jogurt<br>naturalny<br>(180 g/ 7) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z<br>buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)   |              | Pasta mięsno-warzywna<br>gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do<br>smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata (250 ml)         | Polędwica<br>sopocka (60<br>g/ <b>1,6</b> ), chleb<br>razowy (90<br>g/ <b>1,6</b> ), mix do<br>smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>papryka (50 g)<br>(dodatek<br>insulinowy) |
| <b>E: 2 273,6 kcal B: 105,8 T: 61,6 kw. tł.: 19,7 W: 353,4 w tym cukry: 31,2 Bł: 34,4 sól: 9,0</b>  |  |  |  |              |   |  |
| <b>Bogatoreszkowa</b>   | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1<br>szt), jogurt<br>naturalny<br>(180 g/7)  | Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb pszenny (50 g/ <b>1</b> ),<br>Stek wieprzowy pieczony z duszoną<br>cebulką (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane<br>(200 g), sałatka z buraka i jabłka (150<br>g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                         | Ser żółty (30<br>g/ <b>1,7</b> ), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )  |
| <b>E: 2 574,1 kcal B: 92,9 T: 101,2 kw. tł.: 33,4 W: 347,7 w tym cukry: 45,7 Bł: 31,2 sól: 10,9</b> |  |  |  |              |   |  |
| <b>Lekkostrawna</b>   | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                       | Szczawiowa z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb pszenny (50 g/ <b>1</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z<br>buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)                 |              | Pasta mięsno-warzywna<br>gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do<br>smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser żółty (30<br>g/ <b>1,7</b> ), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )  |
| <b>E: 2 151,5 kcal B: 99,5 T: 66,8 kw. tł.: 25,2 W: 317,7 w tym cukry: 42,3 Bł: 33,5 sól: 8,9</b>   |  |  |  |              |   |  |

|  |   |                         |   |  |  |   |
|--|---|-------------------------|---|--|--|---|
| <b>z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółtkowego</b>  | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )                          |
| <b>E: 2 612,2 kcal B: 118,6 T: 64,5 kw. tł.: 26,0 W: 423,5 w tym cukry: 37,5 BI: 38,9 sól: 6,1</b> |   |                         |   |  |  |   |
| <b>Ubogoenergetyczna</b>   | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )  | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)          | Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 085,8 kcal B: 94,3 T: 57,5 kw. tł.: 21,5 W: 327,3 w tym cukry: 34,7 BI: 34,1 sól: 5,7</b>  |   |                         |   |  |  |   |
| <b>Ubogoreszkowa</b>   | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )   | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 113,0 kcal B: 97,0 T: 55,5 kw. tł.: 21,0 W: 338,4 w tym cukry: 32,8 BI: 36,4 sól: 5,9</b>  |   |                         |   |  |  |   |
| <b>Z ogr. tłuszczu</b>   | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )   | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 113,0 kcal B: 97,0 T: 55,5 kw. tł.: 21,0 W: 338,4 w tym cukry: 32,8 BI: 36,4 sól: 5,9</b>  |   |                         |   |  |  |   |
| <b>Niskobiałkowa</b>   | Dżem owocowy (50 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)   | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g/ <b>1</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                      |  | Salatka jarzynowa (200 g/ <b>9,10</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                   | Miód (25 g),<br>pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                |
| <b>E: 2 139,6 kcal B: 40,8 T: 56,8 kw. tł.: 13,1 W: 389,4 w tym cukry: 63,8 BI: 40,8 sól: 3,9</b>  |   |                         |   |  |  |   |

|  |  |   |   |                                 |   |   |
|--|--|---|---|---------------------------------|---|---|
| <b>Bezsolna</b>  | Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/ 1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)   | Jabłko (1 szt)                              | Owsianka (450 ml/1,9),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)   |                                 | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)            | Miód (25 g),<br>pieczywo (30 g/1)       |
| <b>E: 2 088,1 kcal B: 99,6 T: 47,0 kw. tł.: 16,0 W: 350,6 w tym cukry: 42,0 Bł: 38,5 sól: 4,3</b>  |  |   |   |                                 |   |   |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>  | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9)<br>Bułka parówka (120 g/ 1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                       | Jabłko pieczone (1 szt)                     | Owsianka (450 ml/1,9),<br>Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)  |                                 | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)            | Ryż na mleku (450 ml/ 7)                |
| <b>E: 2 812,3 kcal B: 115,6 T: 85,4 kw. tł.: 26,5 W: 428,5 w tym cukry: 38,0 Bł: 41,3 sól: 6,3</b> |  |   |   |                                 |   |   |
| <b>Bogatobiałkowa</b>  | Szynka delikatesowa (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                          | Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7) | Owsianka (450 ml/1,9),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)   |                                 | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)               | Ryż na mleku (450 ml/ 7)                |
| <b>E: 2 693,0 kcal B: 123,6 T: 70,1 kw. tł.: 28,7 W: 423,6 w tym cukry: 41,2 Bł: 36,6 sól: 6,2</b> |  |   |   |                                 |   |   |
| <b>Poloźnice</b>   | Golonka prasowana (60 g/1,6,7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)  | Szczawiowa z kielbasą (450 ml/1,7,9) +<br>chleb pszenny (50 g/1),<br>Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml) | Budyń słodka chwila (1 szt/1,7) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb sitkowy (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 921,4 kcal B: 122,3 T: 96,0 kw. tł.: 38,2 W: 424,4 w tym cukry: 68,3 Bł: 36,3 sól: 9,8</b> |  |   |   |                                 |   |   |

|  |  |                         |  |  |  |   |
|--|--|-------------------------|--|--|--|---|
| <b>Bezmięsne</b>   | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )  | Jabłko (1 szt)          | Owsianka(450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)   |  | Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                           | Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 210,9 kcal B: 325,8 T: 88,0 kw. tł.: 25,8 W: 263,9 w tym cukry: 93,8 Bł: 28,6 sól: 13,5</b>  |  |                         |  |  |  |   |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>   | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )                          | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Stek wieprzowy pieczony (100 g/ <b>1</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)  | Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)      | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )                          |
| <b>E: 2 851,9 kcal B: 115,1 T: 91,5 kw. tł.: 35,7 W: 425,3 w tym cukry: 59,6 Bł: 36,9 sól: 6,9</b>   |  |                         |  |  |  |   |
| <b>Dzieci</b>  | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Ogórek kiszony (80 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb pszenny (50 g/ <b>1</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) | Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Pomidor (80 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 654,0 kcal B: 116,8 T: 76,6 kw. tł.: 31,4 W: 406,7 w tym cukry: 67,1 Bł: 36,9 sól: 9,5</b>   |  |                         |  |  |  |   |
| <b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b> |  |                         |  |  |  |   |

Sporządził: W. S./K.M./K.W.