

05.08.2024

	<b>Śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Kolacja</b>	<b>II kolacja</b>
<b>Podstawowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)

E: 2 870,8 kcal B: 113,1 T: 96,7 kw. tł.: 34,4 W: 428,7 w tym cukry: 43,6 BI: 45,0 sól: 4,0

<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (80 g), Herbata (250 ml)	Ser żółty (70 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
-------------------------------------	---	--	---	--	---	---

E: 2 612,3 kcal B: 110,8 T: 88,1 kw. tł.: 30,2 W: 384,8 w tym cukry: 24,9 BI: 44,1 sól: 3,7

<b>Bogatoresztkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
------------------------	--	--	---	--	--	--

E: 2 978,8 kcal B: 120,8 T: 100,3 kw. tł.: 36,5 W: 439,9 w tym cukry: 45,4 BI: 45,0 sól: 4,3

<b>Lekkostrawna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 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)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
---------------------	--	----------------	---	--	--	--

E: 2 821,1 kcal B: 106,6 T: 93,9 kw. tł.: 33,6 W: 424,0 w tym cukry: 42,1 BI: 39,7 sól: 4,0

<b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>	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), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 780,8 kcal B: 122,9 T: 80,2 kw. tł.: 31,3 W: 421,7 w tym cukry: 35,1 Bł: 33,1 sól: 4,4</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	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), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 519,5 kcal B: 108,1 T: 72,3 kw. tł.: 26,4 W: 391,0 w tym cukry: 36,9 Bł: 35,7 sól: 3,6</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	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), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 555,5 kcal B: 111,3 T: 72,1 kw. tł.: 26,3 W: 395,2 w tym cukry: 34,5 Bł: 33,5 sól: 4,6</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Polędwica sopocka (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), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 528,5 kcal B: 160,1 T: 75,9 kw. tł.: 25,2 W: 395,0 w tym cukry: 36,7 Bł: 33,9 sól: 4,4</b>						

<b>Niskobiałkowa</b>	Miód (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron spaghetti z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 147,5 kcal B: 43,9 T: 28,2 kw. tl.: 10,2 W: 429,9 w tym cukry: 95,7 BI: 38,7 sól: 1,9</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 564,5 kcal B: 104,4 T: 70,3 kw. tl.: 25,8 W: 407,2 w tym cukry: 52,2 BI: 32,2 sól: 4,0</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta z jajek (100 g/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), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), 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 kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 937,7 kcal B: 130,4 T: 94,2 kw. tl.: 38,6 W: 422,1 w tym cukry: 35,1 BI: 33,1 sól: 4,6</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 852,8 kcal B: 127,4 T: 84,0 kw. tl.: 33,5 W: 428,7 w tym cukry: 39,3 BI: 35,3 sól: 3,7</b>						
<b>Polożnice</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (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), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)

<b>E: 3 142,1 kcal B: 117,2 T: 109,1 kw. tł.: 40,9 W: 459,2 w tym cukry: 57,5 Bł: 39,7 sól: 4,4</b>						
<b>Bezmięśne</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 691,0 kcal B: 99,9 T: 66,5 kw. tł.: 23,1 W: 463,4 w tym cukry: 61,2 Bł: 44,3 sól: 3,0</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/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)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 3 212,8 kcal B: 123,4 T: 111,3 kw. tł.: 43,7 W: 463,9 w tym cukry: 50,5 Bł: 37,7 sól: 3,9</b>						
<b>Dzieci</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/1)	Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 3 090,1 kcal B: 113,9 T: 99,7 kw. tł.: 35,7 W: 470,0 w tym cukry: 43,0 Bł: 41,5 sól: 5,7</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>						

06.08.2024

	<b>Śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Kolacja</b>	<b>II kolacja</b>
<b>Podstawowa</b>	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)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 505,1 kcal B: 104,1 T: 96,0 kw. tł.: 31,2 W: 336,1 w tym cukry: 57,8 Bł: 31,2 sól: 6,7</b>						
<b>Z ogr. latwo p. węglowodanów</b>	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)	Ryżanka (450 ml/ 9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), buraczki gotowane (150 g/1), 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)	Szynka delikatesowa(60 g/1,6), Chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g)
<b>E: 2 279,9 kcal B: 109,3 T: 69,6 kw. tł.: 24,3 W: 340,2 w tym cukry: 33,9 Bł: 39,7 sól: 6,4</b>						
<b>Bogatoresztkowa</b>	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)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 613,1 kcal B: 111,8 T: 99,6 kw. tł.: 33,4 W: 347,3 w tym cukry: 59,6 Bł: 31,2 sól: 7,0</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	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)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 228,2 kcal B: 104,6 T: 63,9 kw. tł.: 25,4 W: 339,2 w tym cukry: 53,8 Bł: 33,6 sól: 4,9</b>						

<b>Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 726,5 kcal B: 130,5 T: 78,2 kw. tł.: 33,0 W: 405,4 w tym cukry: 42,4 Bł: 33,3 sól: 5,1</b>						
<b>Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 115,8 kcal B: 100,9 T: 61,8 kw. tł.: 24,4 W: 316,6 w tym cukry: 52,3 Bł: 30,5 sól: 4,2</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 110,8 kcal B: 99,2 T: 61,7 kw. tł.: 24,4 W: 317,8 w tym cukry: 53,4 Bł: 31,0 sól: 4,0</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	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)	Ryżanka (450 ml/9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g). Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1 836,4 kcal B: 46,0 T: 32,0 kw. tł.: 13,2 W: 377,1 w tym cukry: 52,4 Bł: 39,8 sól: 3,3</b>						
<b>Bezsolna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), 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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 115,8 kcal B: 100,9 T: 61,8 kw. tł.: 24,4 W: 316,6 w tym cukry: 52,3 Bł: 30,5 sól: 4,2</b>						

<b>Papkowata, półpłynna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 726,5 kcal B: 130,5 T: 78,2 kw. tł.: 33,0 W: 405,4 w tym cukry: 42,4 Bł: 33,3 sól: 5,1</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 788,5 kcal B: 136,5 T: 81,7 kw. tł.: 35,1 W: 407,5 w tym cukry: 47,4 Bł: 33,8 sól: 5,2</b>						
<b>Polożnice</b>	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) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 945,9 kcal B: 132,6 T: 94,6 kw. tł.: 39,7 W: 422,1 w tym cukry: 76,6 Bł: 34,2 sól: 5,7</b>						
<b>Beźmięsne</b>	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)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/6,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (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)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 289,0 kcal B: 97,9 T: 75,1 kw. tł.: 24,1 W: 340,1 w tym cukry: 60,1 Bł: 36,7 sól: 6,5</b>						
<b>D. ubogobakteryjn e podstawowe</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3 061,9 kcal B: 136,5 T: 98,1 kw. tł.: 40,6 W: 440,8 w tym cukry: 65,9 Bł: 35,8 sól: 5,8</b>						

<b>Dzieci</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 814,9 kcal B: 152,7 T: 73,5 kw. tł.: 30,8 W: 416,9 w tym cukry: 82,8 Bł: 35,5 sól: 5,4</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>						



07.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3</b> ), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1,6</b> )
<b>E: 2 465,6 kcal B: 190,3 T: 158,7 kw. tł.: 32,9 W: 393,9 w tym cukry: 27,4 Bł: 43,1 sól: 2,7</b>						
<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Herbata (250 ml)	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 364,1 kcal B: 107,8 T: 68,9 kw. tł.: 21,0 W: 365,4 w tym cukry: 24,3 Bł: 43,5 sól: 5,4</b>						
<b>Bogatoroztkowa</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1,6</b> )
<b>E: 2 823,6 kcal B: 213,6 T: 169,9 kw. tł.: 39,4 W: 436,1 w tym cukry: 33,6 Bł: 44,3 sól: 3,5</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1,6</b> )
<b>E: 2 465,6 kcal B: 190,3 T: 158,7 kw. tł.: 32,9 W: 393,9 w tym cukry: 27,4 Bł: 43,1 sól: 2,7</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żółciowego	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 manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udło drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 813,1 kcal B: 139,9 T: 75,9 kw. tł.: 32,9 W: 421,2 w tym cukry: 29,1 Bł: 32,5 sól: 5,9</b>						
Ubogoreszkowa, 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), Udło drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1,6) z ogr. tłuszczu: serek waniliowy (1 szt/7)
<b>E: 2 306,3 kcal B: 118,8 T: 63,8 kw. tł.: 24,9 W: 344,2 w tym cukry: 23,9 Bł: 33,3 sól: 5,7</b>						
<b>Z ogr. Tłuszczu: E: 2 369,4 kcal B: 121,7 T: 68,1 kw. tł.: 29,8 W: 346,2 w tym cukry: 40,0 Bł: 31,8 sól: 5,3</b>						
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), Udło drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1,6)
<b>E: 2 244,3 kcal B: 115,8 T: 64,4 kw. tł.: 25,0 W: 333,4 w tym cukry: 26,5 Bł: 36,7 sól: 4,0</b>						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pierogi z truskawkami (350 g/8 szt/1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (1 szt), pieczywo (30 g/1,6)
<b>E: 2 281,4 kcal B: 47,5 T: 63,1 kw. tł.: 37,6 W: 416,9 w tym cukry: 74,0 Bł: 39,0 sól: 3,4</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), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1,6)
<b>E: 2 355,9 kcal B: 127,9 T: 64,5 kw. tł.: 26,2 W: 345,7 w tym cukry: 23,6 Bł: 33,3 sól: 4,4</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	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 manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 972,3 kcal B: 135,3 T: 83,5 kw. tł.: 32,2 W: 447,8 w tym cukry: 31,2 Bł: 34,2 sól: 5,8</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	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 manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), jarzyna gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 862,1 kcal B: 145,3 T: 78,2 kw. tł.: 34,6 W: 429,4 w tym cukry: 32,9 Bł: 39,2 sól: 4,7</b>						
<b>Polożnice</b>	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 manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./1,3,7), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1,6)
<b>E: 3 110,1 kcal B: 132,9 T: 86,1 kw. tł.: 36,1 W: 489,6 w tym cukry: 50,9 Bł: 46,5 sól: 4,8</b>						
<b>Beźmięśne</b>	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 z soczewicą (350 g/8 szt./1,3,7), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb sitkowy (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1,6)
<b>E: 2 614,1 kcal B: 338,8 T: 307,2 kw. tł.: 29,5 W: 399,8 w tym cukry: 25,9 Bł: 70,0 sól: 4,8</b>						

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/ <b>1,7</b> )	Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
--------------------------------------	---	-------------------------	---	------------------------------------	--	--

**E: 3 275,1 kcal B: 135,7 T: 94,9 kw. tł.: 44,8 W: 507,4 w tym cukry: 50,5 Bł: 44,9 sól: 4,7**

<b>Dzieci</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Pierogi z soczewicą i mięsem wieprzowym (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/ <b>1,7</b> )	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1,6</b> )
---------------	---	----------------	---	------------------------------------	--	--

**E: 3 002,1 kcal B: 125,2 T: 82,5 kw. tł.: 34,0 W: 478,4 w tym cukry: 49,1 Bł: 46,5 sól: 4,5**

**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.**

08.08.2024

	<b>Śniadanie</b>	<b>II śniadanie</b>	<b>Obiad</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Kolacja</b>	<b>II kolacja</b>
<b>Podstawowa</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)

**E: 2 384,8 kcal B: 95,3 T: 66,0 kw. tł.: 24,8 W: 391,2 w tym cukry: 51,6 Bł: 43,2 sól: 6,4**

<b>Z ogr. latwo p. węglowodanów</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), kasza gryczana gotowana (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, 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), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
-------------------------------------	---	--	---	--	---	--

**E: 2 424,6 kcal B: 102,5 T: 74,6 kw. tł.: 23,0 W: 373,0 w tym cukry: 32,2 Bł: 41,3 sól: 5,7**

<b>Bogatoresztkowa</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
------------------------	--	--	---	--	--	---------------------------

**E: 2 492,8 kcal B: 103,0 T: 69,6 kw. tł.: 26,9 W: 402,4 w tym cukry: 53,4 Bł: 43,2 sól: 6,7**

<b>Lekkostrawna</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
---------------------	--	---------------	--	--	--	---------------------------

**E: 2 267,1 kcal B: 94,5 T: 58,5 kw. tł.: 21,0 W: 375,1 w tym cukry: 51,4 Bł: 39,0 sól: 5,8**

<b>Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
---	--	---------------	---	--	--	--

**E: 2 535,6 kcal B: 107,1 T: 67,2 kw. tł.: 26,7 W: 397,7 w tym cukry: 52,9 Bł: 27,1 sól: 6,1**

<b>Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
---------------------------------------	--	---------------	---	--	--	---------------------------

**E: 2 236,5 kcal B: 92,9 T: 58,3 kw. tł.: 21,3 W: 361,5 w tym cukry: 52,6 Bł: 31,3 sól: 5,6**

<b>Ubogoenerygetyczna</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
---------------------------	--	---------------	---	--	--	---------------------------

**E: 2 187,3 kcal B: 90,8 T: 54,9 kw. tł.: 20,3 W: 368,3 w tym cukry: 54,1 Bł: 40,6 sól: 5,2**

<b>Niskobiałkowa</b>	Makaron z warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Placki jarzynowe smażone (350 g/ <b>1,3,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Naleśniki z dżemem (2 szt/ <b>1,3,7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
----------------------	--	---------------	--	--	---	---------------------------

**E: 1 764,2 kcal B: 45,8 T: 28,7 kw. tł.: 9,4 W: 366,8 w tym cukry: 54,6 Bł: 48,4 sól: 3,7**

<b>Bezsolna</b>	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
-----------------	---	---------------	---	--	--	---------------------------

**E: 2 183,1 kcal B: 84,0 T: 55,7 kw. tł.: 20,5 W: 367,0 w tym cukry: 51,7 Bł: 34,6 sól: 4,1**

<b>Papkowata, półpłynna</b>	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/ <b>1,3</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
-----------------------------	--	---------------	---	--	--	--

**E: 2 702,7 kcal B: 110,2 T: 75,2 kw. tł.: 32,6 W: 422,7 w tym cukry: 68,4 Bł: 30,4 sól: 4,7**

<b>Bogatobiałkowa</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
-----------------------	---	--	---	--	--	--

**E: 2 594,4 kcal B: 112,7 T: 67,4 kw. tł.: 27,8 W: 415,7 w tym cukry: 56,1 Bł: 36,4 sól: 6,0**

<b>Polożnice</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
------------------	--	--	---	-------------------------------	---	---------------------------

**E: 2 576,8 kcal B: 106,4 T: 67,3 kw. tł.: 23,7 W: 420,3 w tym cukry: 54,2 Bł: 39,9 sól: 6,5**

<b>Bezmięśna</b>	Ser żółty(70 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet sojowy pieczony (100 g/ <b>1,3,6</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> ), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
------------------	--	---------------	---	--	---	---------------------------

**E: 2 235,0 kcal B: 85,8 T: 55,8 kw. tł.: 24,2 W: 389,4 w tym cukry: 51,9 Bł: 46,0 sól: 6,5**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (80 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Banan (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
--------------------------------------	--	---------------	---	-------------------------------	---	--

**E: 2 782,1 kcal B: 112,9 T: 70,2 kw. tł.: 26,8 W: 459,6 w tym cukry: 56,1 Bł: 41,3 sól: 6,2**



<b>Dzieci</b>	<p>Polędwica drobiowa (60 g/<b>1,6</b>),  Chleb razowy (120 g/<b>1,6</b>),  Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/<b>7</b>)  Ogórek zielony (80 g)  Herbata z cukrem (250 ml)  Ryż na mleku (450 ml/<b>7</b>)</p>	<p>Banan (1 szt)</p>	<p>Kalafiorowa (450 ml/<b>1,7,9</b>)  Schab gotowany w jarzynach (80 g/<b>9</b>),  ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z  grozkiem gotowana (150 g/<b>1</b>),  kompot z owoców mr. (250 ml)</p>	<p>Naleśniki z serem  (1 szt/<b>1,3,7</b>)</p>	<p>Rolada pieczona (60 g/<b>1,3</b>)  Chleb pszenny (120 g/<b>1</b>),  Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/<b>7</b>)  Sałata,  Herbata z cukrem (250 ml)</p>	<p>Kalafior gotowany (100 g)</p>
---------------	---	----------------------	---	--	--	----------------------------------

**E: 2 572,9 kcal B: 107,9 T: 67,3 kw. tł.: 23,3 W: 419,0 w tym cukry: 61,5 BI: 40,0 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.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.

09.08.2024

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka z brokułem gotowanym (200 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 508,3 kcal B: 93,8 T: 79,2 kw. tł.: 24,3 W: 387,7 w tym cukry: 64,9 Bł: 35,5 sól: 4,5</b>						
<b>z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Szynka wędzona (60 g/1,6), 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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba pieczona (100 g/4), 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) Papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 249,4 kcal B: 109,2 T: 69,0 kw. tł.: 20,9 W: 336,2 w tym cukry: 23,2 Bł: 41,8 sól: 6,6</b>						
<b>Bogatorreszkowa</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka z brokułem gotowanym (200 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 551,2 kcal B: 96,5 T: 79,6 kw. tł.: 24,4 W: 396,2 w tym cukry: 65,6 Bł: 36,8 sól: 5,5</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka z brokułem gotowanym (200 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 508,3 kcal B: 93,8 T: 79,2 kw. tł.: 24,3 W: 387,7 w tym cukry: 64,9 Bł: 35,5 sól: 4,5</b>						

<b>z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 673,6 kcal B: 117,0 T: 62,7 kw. tł.: 23,2 W: 433,8 w tym cukry: 58,7 Bł: 27,9 sól: 4,0</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 426,6 kcal B: 103,5 T: 64,8 kw. tł.: 25,3 W: 385,0 w tym cukry: 58,3 Bł: 31,5 sól: 4,6</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 521,9 kcal B: 106,0 T: 66,9 kw. tł.: 25,8 W: 398,0 w tym cukry: 58,0 Bł: 28,3 sól: 4,8</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 521,9 kcal B: 106,0 T: 66,9 kw. tł.: 25,8 W: 398,0 w tym cukry: 58,0 Bł: 28,3 sól: 4,8</b>						

<b>Niskobiałkowa</b>	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g/1), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka z brokułem (220 g/10), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 416,8 kcal B: 46,1 T: 66,6 kw. tł.: 17,0 W: 447,9 w tym cukry: 74,3 Bł: 43,6 sól: 3,9</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		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)
<b>E: 2 540,4 kcal B: 116,7 T: 69,5 kw. tł.: 27,5 W: 384,8 w tym cukry: 57,6 Bł: 26,8 sól: 3,7</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 520,6 kcal B: 107,3 T: 65,0 kw. tł.: 25,1 W: 398,4 w tym cukry: 44,9 Bł: 27,1 sól: 3,6</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka pszenna (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 577,9 kcal B: 123,3 T: 63,8 kw. tł.: 26,5 W: 409,3 w tym cukry: 40,8 Bł: 36,0 sól: 4,9</b>						
<b>Polożnice</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Salatka z brokułem gotowanym (200 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek naturalny naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 698,7 kcal B: 108,4 T: 82,5 kw. tł.: 26,1 W: 416,9 w tym cukry: 92,2 Bł: 39,2 sól: 4,6</b>						

<b>Bezmięsne</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka z brokułem gotowanym (200 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
------------------	--	----------------	---	--	--	---

**E: 2 508,3 kcal B: 93,8 T: 79,2 kw. tł.: 24,3 W: 387,7 w tym cukry: 64,9 Bł: 35,5 sól: 4,5**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/7)	Sałátka z brokułem gotowanym (200 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
--------------------------------------	--	-------------------------	---	-----------------------------	--	-------------------------------

**E: 2 720,6 kcal B: 108,4 T: 68,0 kw. tł.: 21,7 W: 453,9 w tym cukry: 89,2 Bł: 39,1 sól: 3,8**

<b>Dzieci</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza jagłana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Ryż z truskawkami (150 g/7)	Sałátka z brokułem gotowanym (200 g/10), + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo (30 g/1)
---------------	--	----------------	---	-----------------------------	--	---

**E: 3 007,0 kcal B: 101,9 T: 84,7 kw. tł.: 25,9 W: 494,7 w tym cukry: 86,5 Bł: 39,7 sól: 4,6**

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

10.08.2024

	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2 746,5 kcal B: 123,3 T: 102,2 kw. tł.: 42,4 W: 364,4 w tym cukry: 45,8 Bł: 32,9 sól: 5,2</b>						
<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Pomidor (80 g), sałata Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ <b>9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata (250 ml)	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 564,5 kcal B: 127,2 T: 78,9 kw. tł.: 24,3 W: 381,9 w tym cukry: 21,3 Bł: 49,2 sól: 5,4</b>						
<b>Bogatoresztkowa</b>	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2 854,5 kcal B: 131,0 T: 105,8 kw. tł.: 44,5 W: 375,6 w tym cukry: 47,6 Bł: 32,9 sól: 5,5</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (80 g), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2 594,5 kcal B: 123,1 T: 82,9 kw. tł.: 30,4 W: 368,9 w tym cukry: 45,9 Bł: 32,9 sól: 3,8</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na ml (450 ml/7)
---	--	-------------------------	---	--	---	-------------------------------------

**E: 3 048,8 kcal B: 144,0 T: 86,4 kw. tł.: 32,3 W: 458,7 w tym cukry: 35,8 Bł: 38,5 sól: 5,4**

Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7) , Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)
-------------------	---	----------------	---	--	---	---------------------------

**E: 2 562,7 kcal B: 120,8 T: 79,8 kw. tł.: 29,7 W: 371,7 w tym cukry: 49,4 Bł: 34,6 sól: 3,2**

Ubogoresztkowa	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)
----------------	---	-------------------------	---	--	---	---------------------------

**E: 2 598,7 kcal B: 124,0 T: 79,6 kw. tł.: 29,6 W: 375,9 w tym cukry: 47,0 Bł: 32,4 sól: 4,2**

z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)
-----------------	---	-------------------------	---	--	--	---------------------------

**E: 2 598,7 kcal B: 124,0 T: 79,6 kw. tł.: 29,6 W: 375,9 w tym cukry: 47,0 Bł: 32,4 sól: 4,2**

<b>Niskobiałkowa</b>	Krupnik jaglany (450 ml/9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Ryż z warzywami (350 g/9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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 owocowy (1 szt.)
<b>E: 2 092,3 kcal B: 56,9 T: 34,7 kw. tł.: 14,9 W: 427,3 w tym cukry: 45,8 Bł: 51,0 sól: 3,5</b>						
<b>Bezsolna</b>	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)
<b>E: 2 598,7 kcal B: 124,0 T: 79,6 kw. tł.: 29,6 W: 375,9 w tym cukry: 47,0 Bł: 32,4 sól: 4,2</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy mielony gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na ml (450 ml/7)
<b>E: 3 048,8 kcal B: 144,0 T: 86,4 kw. tł.: 32,3 W: 458,7 w tym cukry: 35,8 Bł: 38,5 sól: 5,4</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na ml (450 ml/7)
<b>E: 3 120,8 kcal B: 148,5 T: 90,2 kw. tł.: 34,5 W: 465,7 w tym cukry: 40,0 Bł: 40,7 sól: 4,6</b>						
<b>Polożnice</b>	Ser żółty (70 g/1,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/1,7,9), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/7)
<b>E: 3 365,7 kcal B: 152,7 T: 122,1 kw. tł.: 54,0 W: 449,0 w tym cukry: 63,5 Bł: 37,5 sól: 6,6</b>						



<b>Bezmięsna</b>	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (80 g), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Risotto z kostką sojową (350 g/ <b>6,9</b> ), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/ <b>9</b> ), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> )
------------------	---	----------------	--	--	--	------------------------------------

**E: 2 589,9 kcal B: 109,9 T: 73,1 kw. tł.: 31,1 W: 417,7 w tym cukry: 50,0 Bł: 48,4 sól: 4,7**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Pomidor (80 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/ <b>1,7</b> )	Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na ml (450 ml/ <b>7</b> )
--------------------------------------	---	-------------------------	--	--	---	--

**E: 3 396,5 kcal B: 145,4 T: 120,5 kw. tł.: 50,2 W: 468,3 w tym cukry: 48,1 Bł: 38,6 sól: 6,5**

<b>Dzieci</b>	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (80 g), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g) w potrawce (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), ryż biały gotowany (200 g), kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> )	Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (40 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek waniliowy (1 szt/ <b>7</b> )
---------------	--	----------------	--	-------------------------------------	--	------------------------------------

**E: 3 075,0 kcal B: 148,1 T: 96,2 kw. tł.: 37,8 W: 437,6 w tym cukry: 59,2 Bł: 36,7 sól: 4,9**

**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.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.

11.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 591,7 kcal B: 105,1 T: 94,1 kw. tł.: 27,6 W: 363,1 w tym cukry: 34,2 BI: 35,1 sól: 7,0</b>						
<b>Z ogr. latwo p. węglowodanów</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser biały (100 g/7), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (25 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 299,0 kcal B: 105,2 T: 75,2 kw. tł.: 22,8 W: 333,3 w tym cukry: 21,1 BI: 36,3 sól: 5,6</b>						
<b>Bogatoreszkowa</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 699,7 kcal B: 112,8 T: 97,7 kw. tł.: 29,7 W: 374,3 w tym cukry: 36,0 BI: 35,1 sól: 7,3</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 440,4 kcal B: 108,9 T: 84,0 kw. tł.: 25,0 W: 343,3 w tym cukry: 34,8 BI: 34,6 sól: 6,7</b>						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2 554,8 kcal B: 111,7 T: 68,4 kw. tł.: 27,2 W: 405,9 w tym cukry: 36,2 Bł: 37,0 sól: 6,2</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 1 967,8 kcal B: 83,8 T: 55,2 kw. tł.: 18,9 W: 311,7 w tym cukry: 33,4 Bł: 31,8 sól: 5,8</b>						
Ubogoresztkowa	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 1 995,0 kcal B: 86,4 T: 53,2 kw. tł.: 18,4 W: 322,8 w tym cukry: 31,5 Bł: 34,1 sól: 6,0</b>						

<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 1 995,0 kcal B: 86,4 T: 53,2 kw. tł.: 18,4 W: 322,8 w tym cukry: 31,5 Bł: 34,1 sól: 6,0</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Kasza jęczmienna gotowana z warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ) Kopytka gotowane (350 g/ <b>1,3</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sos grecki (200 ml/ <b>1,9</b> ), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (1 szt), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 112,2 kcal B: 45,8 T: 52,2 kw. tł.: 12,2 W: 399,7 w tym cukry: 52,7 Bł: 46,9 sól: 2,7</b>						
<b>Bezsolna</b>	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (1 szt), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 030,1 kcal B: 91,6 T: 50,2 kw. tł.: 17,1 W: 335,2 w tym cukry: 40,8 Bł: 36,3 sól: 4,4</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/ <b>1,3</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2 754,9 kcal B: 108,7 T: 89,3 kw. tł.: 27,7 W: 410,8 w tym cukry: 36,7 Bł: 39,4 sól: 6,4</b>						

<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
-----------------------	---	---	---	--	---	--

**E: 2 635,6 kcal B: 116,7 T: 74,0 kw. tł.: 29,9 W: 405,9 w tym cukry: 39,9 Bł: 34,7 sól: 6,3**

<b>Położnice</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
------------------	--	---	---	------------------------------	---	--

**E: 3 150,0 kcal B: 131,2 T: 107,5 kw. tł.: 35,3 W: 446,8 w tym cukry: 54,9 Bł: 36,1 sól: 7,8**

<b>Bezmięsne</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Placki sojowe smażone (350 g/ <b>1,3,6</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (1 szt), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
------------------	--	----------------	---	--	---	--

**E: 2 886,8 kcal B: 109,2 T: 113,2 kw. tł.: 24,7 W: 400,9 w tym cukry: 47,6 Bł: 50,4 sól: 6,7**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kotlet mielony pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
--------------------------------------	--	-------------------------	---	------------------------------	---	--

**E: 3 218,1 kcal B: 129,6 T: 101,9 kw. tł.: 36,5 W: 483,0 w tym cukry: 59,0 Bł: 41,4 sól: 7,6**

<b>Dzieci</b>	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (80 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Neapolitańska z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
---------------	--	----------------	--	------------------------------	---	--

**E: 2 890,7 kcal B: 127,3 T: 93,9 kw. tł.: 30,6 W: 415,8 w tym cukry: 53,7 Bł: 35,6 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.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.**

Sporządził: W. S./K.M./K.W.