

19.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 840,6 kcal B: 105,2 T: 102,1 kw. tł.: 35,5 W: 415,7 w tym cukry: 51,7 BI: 43,0 sól: 4,8</b>						
Z ogr. latwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Ryż brązowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb razowy 90 g/1,6, mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 175,8 kcal B: 88,0 T: 73,9 kw. tł.: 21,0 W: 331,3 w tym cukry: 24,0 BI: 44,5 sól: 4,6</b>						
Bogatoresztkowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 948,6 kcal B: 112,9 T: 105,7 kw. tł.: 37,7 W: 426,9 w tym cukry: 53,5 BI: 43,0 sól: 5,1</b>						
Lekkostrawna	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 652,9 kcal B: 93,8 T: 98,9 kw. tł.: 34,6 W: 379,9 w tym cukry: 50,5 BI: 34,9 sól: 4,8</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żółądkowego	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmieńne na mleku (450 ml/1,7)

<b>E: 2 735,6 kcal B: 114,1 T: 78,7 kw. tł.: 30,6 W: 425,8 w tym cukry: 37,0 BI: 36,5 sól: 6,2</b>						
<b>Ubogonegetyczna</b>	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 465,6 kcal B: 99,3 T: 72,8 kw. tł.: 27,6 W: 385,7 w tym cukry: 48,2 BI: 35,8 sól: 4,4</b>						
<b>Ubogoresztkowa</b>	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 501,6 kcal B: 102,5 T: 72,6 kw. tł.: 27,6 W: 389,9 w tym cukry: 45,8 BI: 33,6 sól: 5,4</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 501,6 kcal B: 102,5 T: 72,6 kw. tł.: 27,6 W: 389,9 w tym cukry: 45,8 BI: 33,6 sól: 5,4</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 jaglany (450 ml/9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt.)
<b>E: 1 978,7 kcal B: 55,0 T: 34,0 kw. tł.: 14,5 W: 373,0 w tym cukry: 55,3 BI: 47,0 sól: 4,2</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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 520,2 kcal B: 101,6 T: 75,9 kw. tł.: 28,5 W: 388,4 w tym cukry: 45,5 BI: 33,6 sól: 4,1</b>						

<b>Papkováta, 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> ) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony mielony (60 g), 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> )
<b>E: 2 960,2 kcal B: 106,0 T: 88,9 kw. tł.: 30,2 W: 464,2 w tym cukry: 42,7 Bł: 36,5 sól: 5,6</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> ) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), 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> )
<b>E: 2 803,1 kcal B: 113,4 T: 78,6 kw. tł.: 30,9 W: 446,5 w tym cukry: 44,1 Bł: 39,9 sól: 5,4</b>						
<b>Polożnice</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> ) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasztet domowy pieczony (90 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2 889,9 kcal B: 102,7 T: 102,8 kw. tł.: 36,8 W: 425,0 w tym cukry: 79,3 Bł: 38,8 sól: 5,2</b>						
<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> ) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/ <b>9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), 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 (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 2 691,5 kcal B: 89,1 T: 70,6 kw. tł.: 20,0 W: 463,7 w tym cukry: 57,2 Bł: 52,9 sól: 4,1</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawaowe</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> ) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasztet domowy pieczony (90 g/ <b>1,3</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: 2 934,6 kcal B: 108,4 T: 97,9 kw. tł.: 37,7 W: 443,4 w tym cukry: 65,2 BI: 41,4 sól: 5,7**

<b>Dzieci</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> ) Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasztet domowy pieczony (90 g/ <b>1,3</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/ <b>7</b> )
---------------	---	----------------	---	------------------------------	--	--------------------------

**E: 2 781,9 kcal B: 95,0 T: 99,2 kw. tł.: 34,7 W: 413,8 w tym cukry: 77,5 BI: 38,8 sól: 5,0**

**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.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.

**20.08.2024**

	<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/ <b>7</b> ), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ <b>1,6</b> ) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> ) Kotlet z jajek pieczony (120 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/ <b>6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )

**E: 2 378,6 kcal B: 106,0 T: 78,9 kw. tł.: 31,8 W: 342,7 w tym cukry: 36,4 BI: 34,7 sól: 7,0**

<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Herbata (250 m)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), kasza gryczana gotowana (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Poledwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (20 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 552,9 kcal B: 125,8 T: 89,3 kw. tł.: 28,1 W: 349,0 w tym cukry: 25,3 Bł: 40,5 sól: 6,4</b>						
<b>Bogatoroztkowa</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 486,6 kcal B: 113,7 T: 82,5 kw. tł.: 34,0 W: 353,9 w tym cukry: 38,2 Bł: 34,7 sól: 7,2</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 360,8 kcal B: 101,0 T: 72,6 kw. tł.: 24,9 W: 358,2 w tym cukry: 36,4 Bł: 35,9 sól: 5,8</b>						
<b>Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 847,1 kcal B: 140,8 T: 89,9 kw. tł.: 35,8 W: 400,2 w tym cukry: 32,3 Bł: 34,4 sól: 5,3</b>						
<b>Ubogoroztkowa, 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), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 283,4 kcal B: 111,4 T: 71,4 kw. tł.: 25,2 W: 328,7 w tym cukry: 30,5 Bł: 32,9 sól: 5,1</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), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 237,4 kcal B: 109,7 T: 71,3 kw. tl.: 25,2 W: 319,6 w tym cukry: 33,7 Bł: 33,4 sól: 4,9</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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 1 909,1 kcal B: 35,9 T: 26,7 kw. tl.: 9,0 W: 412,0 w tym cukry: 66,4 Bł: 35,6 sól: 2,1</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), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2 259,4 kcal B: 104,8 T: 69,7 kw. tl.: 24,7 W: 331,7 w tym cukry: 34,0 Bł: 31,6 sól: 4,3</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Serek naturalny (150 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone mielone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 847,1 kcal B: 140,8 T: 89,9 kw. tl.: 35,8 W: 400,2 w tym cukry: 32,3 Bł: 34,4 sól: 5,3</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 909,1 kcal B: 146,8 T: 93,4 kw. tl.: 37,9 W: 402,3 w tym cukry: 37,3 Bł: 34,9 sól: 5,4</b>						

<b>Polożnice</b>	Serek naturalny (150 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
------------------	--	--	---	---------------------------------	---	--

**E: 3 032,3 kcal B: 133,9 T: 103,3 kw. tł.: 44,6 W: 423,6 w tym cukry: 52,7 Bł: 35,4 sól: 7,9**

<b>Bezmięsne</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
------------------	--	----------------	---	--	--	---------------------

**E: 2 354,6 kcal B: 99,4 T: 77,3 kw. tł.: 31,3 W: 345,7 w tym cukry: 39,9 Bł: 33,3 sól: 6,2**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
--------------------------------------	---	-------------------------	---	---------------------------------	--	--------------------------------------

**E: 3 135,6 kcal B: 138,4 T: 106,5 kw. tł.: 47,5 W: 440,2 w tym cukry: 49,6 Bł: 37,6 sól: 7,6**

<b>Dzieci</b>	Serek naturalny (150 g/7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Zacierka na jarzynach (450 ml/ 1,9) Kotlet z jajek pieczony (120 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z ogórkiem (1 szt/1,6,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/6), pieczywo (30 g/1)
---------------	---	----------------	---	----------------------------------	---	--

**E: 3 079,3 kcal B: 141,3 T: 106,6 kw. tł.: 44,4 W: 424,3 w tym cukry: 38,0 Bł: 38,7 sól: 9,5**

**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.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.

21.08.2024						
	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/ <b>7</b> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 352,3 kcal B: 176,6 T: 161,6 kw. tl.: 32,8 W: 380,9 w tym cukry: 35,1 BI: 50,8 sól: 3,3</b>						
<b>Z ogr. latwo 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/ <b>7</b> ) Papryka (50 g), Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (90 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 364,0 kcal B: 98,9 T: 66,2 kw. tl.: 18,3 W: 383,3 w tym cukry: 26,0 BI: 46,8 sól: 7,7</b>						
<b>Bogatorozzkowa</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> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grochowa (450 ml/ <b>1,9</b> ), Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 637,3 kcal B: 192,6 T: 169,4 kw. tl.: 37,1 W: 421,5 w tym cukry: 43,4 BI: 53,8 sól: 3,8</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/ <b>7</b> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 286,8 kcal B: 181,1 T: 150,5 kw. tl.: 27,1 W: 378,2 w tym cukry: 34,3 BI: 44,2 sól: 3,8</b>						
<b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>	Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )



<b>E: 2 661,9 kcal B: 119,2 T: 70,4 kw. tł.: 27,6 W: 415,9 w tym cukry: 38,2 BI: 32,4 sól: 5,5</b>						
<b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>	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), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 1 986,3 kcal B: 89,3 T: 53,8 kw. tł.: 18,4 W: 315,4 w tym cukry: 33,7 BI: 33,0 sól: 4,6</b>						
<b>Ubogenergetyczna</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)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 1 930,3 kcal B: 87,7 T: 50,6 kw. tł.: 17,4 W: 320,2 w tym cukry: 35,1 BI: 43,0 sól: 3,4</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Miód (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 jabłkiem (350 g/8 szt/1,3), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos bez mięsa (300 g/1), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 286,8 kcal B: 44,0 T: 62,4 kw. tł.: 37,6 W: 397,8 w tym cukry: 64,9 BI: 39,4 sól: 4,4</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), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 038,9 kcal B: 99,1 T: 52,6 kw. tł.: 19,2 W: 324,8 w tym cukry: 32,8 BI: 36,3 sól: 3,6</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Paszтет sojowy (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 821,1 kcal B: 114,6 T: 77,9 kw. tł.: 26,9 W: 442,5 w tym cukry: 40,3 BI: 34,1 sól: 5,4</b>						

<b>Bogatobiałkowa</b>	Kiełbasa szynkowa (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 jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 713,9 kcal B: 125,3 T: 70,8 kw. tł.: 28,8 W: 431,9 w tym cukry: 41,4 Bł: 42,4 sól: 4,5</b>						
<b>Polożnice</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> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 944,2 kcal B: 120,8 T: 78,5 kw. tł.: 27,6 W: 479,9 w tym cukry: 54,8 Bł: 47,0 sól: 5,8</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bigos bez mięsa (300 g/ <b>1</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 267,0 kcal B: 311,2 T: 285,0 kw. tł.: 20,6 W: 393,3 w tym cukry: 32,3 Bł: 72,8 sól: 6,1</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> ), Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 3 151,7 kcal B: 128,4 T: 81,4 kw. tł.: 30,8 W: 514,4 w tym cukry: 54,3 Bł: 43,9 sól: 4,5</b>						
<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> ) Papryka (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ) Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/ <b>1</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Fasolka szparagowa gotowana (100 g)
<b>E: 2 836,2 kcal B: 113,1 T: 74,9 kw. tł.: 25,5 W: 468,7 w tym cukry: 53,0 Bł: 47,0 sól: 5,5</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.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

22.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
E: 2 596,2 kcal B: 108,9 T: 71,0 kw. tł.: 29,8 W: 409,0 w tym cukry: 63,7 Bł: 33,4 sól: 5,3						

<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/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), makaron razowy gotowany (200 g/1), surówka z porów (150 g/7) 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)	Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 517,4 kcal B: 115,3 T: 71,1 kw. tł.: 26,9 W: 396,0 w tym cukry: 36,9 Bł: 46,9 sól: 5,2</b>						
<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/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7</b> ) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 704,2 kcal B: 116,6 T: 74,6 kw. tł.: 32,0 W: 420,2 w tym cukry: 65,5 Bł: 33,4 sól: 5,6</b>						
<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/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 581,6 kcal B: 125,9 T: 64,6 kw. tł.: 27,7 W: 403,3 w tym cukry: 64,6 Bł: 34,2 sól: 5,6</b>						
<b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 833,0 kcal B: 142,4 T: 72,9 kw. tł.: 32,0 W: 426,2 w tym cukry: 43,4 Bł: 29,5 sól: 6,3</b>						
<b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>	Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1) <u>z ogr. tłuszczu</u> : serek waniliowy (1 szt/7)

<b>E: 2 660,7 kcal B: 134,9 T: 68,0 kw. tł.: 27,9 W: 405,7 w tym cukry: 42,2 Bł: 33,5 sól: 6,4</b>						
<b>Z ogr.tłuszczu: E: 2 723,8 kcal B: 137,8 T: 72,3 kw. tł.: 32,8 W: 407,8 w tym cukry: 58,3 Bł: 32,0 sól: 6,1</b>						
<b>Ubogoenergetyczna</b>	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) 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)
<b>E: 2 605,5 kcal B: 131,5 T: 68,4 kw. tł.: 27,9 W: 397,0 w tym cukry: 44,8 Bł: 36,2 sól: 5,7</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Kasza jęczmienna gotowana z warzywami (350 g/1,9), Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Kalafior gotowany (300 g), bułka parówka (120 g/7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1 961,6 kcal B: 56,7 T: 34,0 kw. tł.: 10,6 W: 392,3 w tym cukry: 52,9 Bł: 47,1 sól: 3,2</b>						
<b>Bezsolna</b>	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) 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)
<b>E: 2 702,0 kcal B: 145,2 T: 68,6 kw. tł.: 27,9 W: 406,2 w tym cukry: 42,7 Bł: 34,9 sól: 4,9</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Udziec drobiowy gotowany mielony w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3 019,2 kcal B: 137,8 T: 83,8 kw. tł.: 32,5 W: 452,8 w tym cukry: 45,4 Bł: 31,2 sól: 5,7</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)

**E: 2 888,8 kcal B: 147,4 T: 75,0 kw. tł.: 33,6 W: 436,4 w tym cukry: 47,2 Bł: 35,4 sól: 6,0**

<b>Poloznice</b>	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
------------------	---	---	---	----------------------	---	--

**E: 2 845,2 kcal B: 121,2 T: 77,0 kw. tł.: 32,4 W: 445,4 w tym cukry: 67,3 Bł: 34,9 sól: 6,0**

<b>Bezmieśna</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Placki sojowe pieczone (350 g/1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
------------------	--	---------------	---	--	---	--

**E: 2 860,0 kcal B: 115,0 T: 74,8 kw. tł.: 25,0 W: 472,5 w tym cukry: 70,1 Bł: 48,5 sól: 5,0**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/1,11)	Ser biały (100 g/7), dżem owocowy (25 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
--------------------------------------	---	---------------	--	----------------------	--	-----------------------------------

**E: 3 004,4 kcal B: 125,8 T: 89,7 kw. tł.: 40,8 W: 450,9 w tym cukry: 61,7 Bł: 33,2 sól: 4,9**

<b>Dzieci</b>	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż na mleku (450 ml/7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7) kompot z owoców mr. (250 ml)	Makaron pszenny z truskawkami (150 g/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
---------------	---	---------------	--	---	---	--

**E: 2 887,4 kcal B: 139,3 T: 73,3 kw. tł.: 29,9 W: 447,2 w tym cukry: 74,7 Bł: 35,2 sól: 5,7**

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

23.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 464,4 kcal B: 97,0 T: 66,2 kw. tł.: 19,3 W: 404,9 w tym cukry: 74,5 Bł: 37,9 sól: 3,9</b>						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (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), 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: 2 241,6 kcal B: 111,5 T: 65,0 kw. tł.: 21,2 W: 341,3 w tym cukry: 22,2 Bł: 42,3 sól: 6,6</b>						
Bogatorzeźnikowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 399,3 kcal B: 91,9 T: 62,9 kw. tł.: 17,2 W: 402,3 w tym cukry: 73,3 Bł: 39,2 sól: 4,6</b>						



Lekkostrawna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (210 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 464,4 kcal B: 97,0 T: 66,2 kw. tł.: 19,3 W: 404,9 w tym cukry: 74,5 Bł: 37,9 sól: 3,9</b>						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 660,4 kcal B: 109,2 T: 59,9 kw. tł.: 21,6 W: 449,3 w tym cukry: 65,4 Bł: 33,2 sól: 4,2</b>						
Ubogenergetyczna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 332,6 kcal B: 99,7 T: 54,6 kw. tł.: 19,8 W: 389,8 w tym cukry: 71,5 Bł: 33,1 sól: 3,7</b>						
Ubogoresztkowa	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 427,9 kcal B: 102,1 T: 56,7 kw. tł.: 20,3 W: 402,8 w tym cukry: 71,3 Bł: 29,9 sól: 3,9</b>						
Z ogr. tłuszczu	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 427,9 kcal B: 102,1 T: 56,7 kw. tł.: 20,3 W: 402,8 w tym cukry: 71,3 Bł: 29,9 sól: 3,9</b>						

Niskobiałkow a	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), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (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: 2 443,8 kcal B: 44,0 T: 66,3 kw. tl.: 17,0 W: 460,5 w tym cukry: 78,0 BI: 46,7 sól: 4,2</b>						
Bezsolna	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 427,9 kcal B: 102,1 T: 56,7 kw. tl.: 20,3 W: 402,8 w tym cukry: 71,3 BI: 29,9 sól: 3,9</b>						
Papkowata, półpłynna	Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 507,4 kcal B: 99,5 T: 62,2 kw. tl.: 23,5 W: 413,9 w tym cukry: 51,6 BI: 32,4 sól: 3,8</b>						
Bogatobiałkowa	Szynka wędzona (60 g/1,6), Bułka pszenna (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 564,7 kcal B: 115,5 T: 61,1 kw. tl.: 24,9 W: 424,9 w tym cukry: 47,4 BI: 41,3 sól: 5,1</b>						
Polożnice	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Salatka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 650,6 kcal B: 106,3 T: 81,6 kw. tl.: 24,6 W: 401,1 w tym cukry: 68,5 BI: 32,6 sól: 5,2</b>						
Bezmięśne	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 2 464,4 kcal B: 97,0 T: 66,2 kw. tl.: 19,3 W: 404,9 w tym cukry: 74,5 BI: 37,9 sól: 3,9</b>						

<b>D.</b> ubogobakteryjne podstawowe	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Salátka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 749,0 kcal B: 103,0 T: 78,1 kw. tl.: 23,7 W: 441,1 w tym cukry: 62,2 BI: 37,8 sól: 5,5</b>						
<b>Dzieci</b>	Jogurt naturalny (180 g/7), Drożdżówka (1 szt/1,7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Kalafiorowa (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z wiśniami (1 szt/1,3,7)	Salátka 4 składnikowa (220 g/10) + jajko gotowane (1 szt./3) Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata z cukrem (250 ml)	Serek wiejski (1 szt/7)
<b>E: 3 034,7 kcal B: 109,8 T: 78,8 kw. tl.: 20,6 W: 505,9 w tym cukry: 84,0 BI: 38,3 sól: 3,0</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.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

24.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Ser topiony (100 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 440,4 kcal B: 91,3 T: 93,1 kw. tl.: 38,1 W: 341,0 w tym cukry: 32,0 BI: 33,9 sól: 7,6</b>						
<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata (250 ml)	Półdewica sopocka (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 729,1 kcal B: 127,0 T: 75,8 kw. tl.: 21,4 W: 429,3 w tym cukry: 22,9 BI: 49,7 sól: 8,7</b>						

Bogatoresztkowa	Ser topiony (100 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 548,4 kcal B: 99,0 T: 96,7 kw. tł.: 40,3 W: 352,2 w tym cukry: 33,8 Bł: 33,9 sól: 7,9</b>						
Lekkostrawna	Ser topiony (100 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 411,0 kcal B: 92,5 T: 88,6 kw. tł.: 35,7 W: 342,8 w tym cukry: 32,0 Bł: 33,9 sól: 7,5</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółądkowego	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 624,1 kcal B: 127,4 T: 60,7 kw. tł.: 25,5 W: 421,2 w tym cukry: 42,9 Bł: 33,6 sól: 5,9</b>						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 030,1 kcal B: 96,1 T: 45,4 kw. tł.: 16,7 W: 338,9 w tym cukry: 45,2 Bł: 34,2 sól: 4,2</b>						

<b>Ubogoresztkowa</b>	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 066,1 kcal B: 99,3 T: 45,2 kw. tł.: 16,7 W: 343,1 w tym cukry: 42,8 Bł: 32,0 sól: 5,2</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 066,1 kcal B: 99,3 T: 45,2 kw. tł.: 16,7 W: 343,1 w tym cukry: 42,8 Bł: 32,0 sól: 5,2</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) Kasza gryczana z warzywami gotowanymi (350 g/9), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)
<b>E: 2 180,8 kcal B: 59,7 T: 34,6 kw. tł.: 14,9 W: 450,0 w tym cukry: 79,1 Bł: 54,3 sól: 3,7</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 (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Serek waniliowy (1 szt/7), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 066,1 kcal B: 99,3 T: 45,2 kw. tł.: 16,7 W: 343,1 w tym cukry: 42,8 Bł: 32,0 sól: 5,2</b>						

<b>Papkowata, półpłynna</b>	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paszтет drobiowy (50 g/1,3,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 624,1 kcal B: 127,4 T: 60,7 kw. tł.: 25,5 W: 421,2 w tym cukry: 42,9 Bł: 33,6 sól: 5,9</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 696,1 kcal B: 131,9 T: 64,5 kw. tł.: 27,7 W: 428,2 w tym cukry: 47,1 Bł: 35,8 sól: 5,2</b>						
<b>Poloźnice</b>	Ser topiony (100 g/1,7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)	Baleron wędzony (60 g/1,6) Chleb pszenny (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/7)
<b>E: 2 924,0 kcal B: 118,9 T: 106,2 kw. tł.: 45,7 W: 406,5 w tym cukry: 35,5 Bł: 36,0 sól: 9,4</b>						

<b>Beźmięsne</b>	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Kasza gryczana z warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/ <b>7</b> )
------------------	--	----------------	--	--	--	-------------------------------------

**E: 2 333,6 kcal B: 89,0 T: 78,5 kw. tł.: 36,5 W: 346,1 w tym cukry: 34,3 Bł: 38,2 sól: 7,8**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ), Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), kasza gryczana gotowana (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)	Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ) Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )
--------------------------------------	---	----------------------------	---	---------------------------	--	---

**E: 3 084,4 kcal B: 124,3 T: 106,3 kw. tł.: 46,9 W: 445,0 w tym cukry: 45,3 Bł: 40,4 sól: 8,7**

<b>Dzieci</b>	Ser topiony (100 g/ <b>1,7</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ), Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ <b>1,7,9</b> ), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Ogórek zielony (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Jogurt naturalny (1 szt/ <b>7</b> )
---------------	---	----------------	---	------------------------	--	-------------------------------------

**E: 2 827,7 kcal B: 110,0 T: 98,0 kw. tł.: 41,1 W: 408,5 w tym cukry: 36,8 Bł: 34,7 sól: 8,0**

**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.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.



25.08.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatką pieczoną (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 480,9 kcal B: 82,5 T: 98,4 kw. tł.: 28,5 W: 340,5 w tym cukry: 34,2 Bł: 30,2 sól: 7,8</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopočka (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 304,6 kcal B: 129,4 T: 93,2 kw. tł.: 25,4 W: 404,2 w tym cukry: 24,2 Bł: 40,0 sól: 10,0</b>						

<b>Bogatoresztkowa</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 (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 588,9 kcal B: 90,2 T: 102,0 kw. tł.: 30,6 W: 351,7 w tym cukry: 36,0 Bł: 30,2 sól: 8,0</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 (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 237,0 kcal B: 93,4 T: 70,5 kw. tł.: 23,3 W: 337,3 w tym cukry: 32,7 Bł: 33,8 sól: 6,3</b>						
<b>z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 556,8 kcal B: 118,9 T: 72,5 kw. tł.: 28,9 W: 391,0 w tym cukry: 33,6 Bł: 37,1 sól: 6,6</b>						
<b>Ubogenergetyczna</b>	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 046,9 kcal B: 89,7 T: 62,2 kw. tł.: 22,7 W: 310,6 w tym cukry: 33,6 Bł: 32,2 sól: 5,6</b>						

<b>Ubogoresztkowa</b>	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 054,9 kcal B: 92,1 T: 60,4 kw. tł.: 22,2 W: 317,2 w tym cukry: 31,9 Bł: 35,0 sól: 6,0</b>						
<b>Z ogr. tłuszczu</b>	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 054,9 kcal B: 92,1 T: 60,4 kw. tł.: 22,2 W: 317,2 w tym cukry: 31,9 Bł: 35,0 sól: 6,0</b>						
<b>Niskobiałkowa</b>	Makaron z truskawkami (350 g/ <b>1,7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>19</b> ) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/ <b>1</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 078,8 kcal B: 45,1 T: 48,5 kw. tł.: 15,9 W: 403,3 w tym cukry: 57,4 Bł: 41,7 sól: 2,1</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/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 030,0 kcal B: 94,7 T: 51,9 kw. tł.: 17,2 W: 329,4 w tym cukry: 41,1 Bł: 37,0 sól: 4,4</b>						

<b>Papkowata, półpłynna</b>	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony mielony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 756,9 kcal B: 115,9 T: 93,4 kw. tł.: 29,5 W: 395,9 w tym cukry: 34,1 Bł: 39,5 sól: 6,8</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Polędwica sopočka (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 656,8 kcal B: 124,2 T: 77,9 kw. tł.: 31,6 W: 395,6 w tym cukry: 37,1 Bł: 34,3 sól: 6,5</b>						
<b>Poloźnice</b>	Łopátka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 884,6 kcal B: 120,1 T: 96,4 kw. tł.: 34,6 W: 413,5 w tym cukry: 52,7 Bł: 32,7 sól: 6,9</b>						
<b>Beźmięsne</b>	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Placki ziemniaczane tarte smaźone (350 g/ <b>1,3</b> ), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ <b>1,4,6,9</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 386,6 kcal B: 62,9 T: 98,9 kw. tł.: 21,9 W: 332,8 w tym cukry: 34,3 Bł: 31,4 sól: 7,7</b>						

<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 (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ <b>1</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 872,7 kcal B: 120,4 T: 87,9 kw. tł.: 33,9 W: 431,8 w tym cukry: 52,8 Bł: 35,2 sól: 6,9</b>						
<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 (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Klops pieczony (80 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
<b>E: 2 687,9 kcal B: 111,3 T: 79,9 kw. tł.: 28,7 W: 411,4 w tym cukry: 51,6 Bł: 34,5 sól: 6,8</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.