

23.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/ 1,9) Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12), Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/ 1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 741,4 kcal B: 113,7 T: 79,5 kw. tł.: 28,9 W: 435,6 w tym cukry: 50,8 Bł: 46,9 sól: 4,7						
Z ogr. latwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12), Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/ 1,6), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 588,2 kcal B: 103,6 T: 72,0 kw. tł.: 24,4 W: 421,2 w tym cukry: 42,3 Bł: 44,0 sól: 7,5						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 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), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12), Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/ 1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 849,4 kcal B: 121,4 T: 83,1 kw. tł.: 31,0 W: 446,8 w tym cukry: 52,6 Bł: 46,9 sól: 5,0						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12), Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/ 1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 689,5 kcal B: 105,5 T: 76,4 kw. tł.: 28,0 W: 432,9 w tym cukry: 50,2 Bł: 41,7 sól: 4,7						

Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Szynka konserwowa (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 jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2 806,9 kcal B: 117,7 T: 79,7 kw. tł.: 30,8 W: 435,3 w tym cukry: 34,7 Bł: 33,9 sól: 4,6						
Ubogoenergetyczna	Szynka konserwowa (60 g/1,6), 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 jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 539,9 kcal B: 102,5 T: 70,5 kw. tł.: 25,6 W: 405,3 w tym cukry: 36,2 Bł: 35,4 sól: 3,8						
Ubogoresztkowa	Szynka konserwowa (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 (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 575,9 kcal B: 105,7 T: 70,3 kw. tł.: 25,6 W: 409,5 w tym cukry: 33,8 Bł: 33,2 sól: 4,8						
Z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (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 jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 557,3 kcal B: 106,6 T: 67,0 kw. tł.: 24,7 W: 411,0 w tym cukry: 34,1 Bł: 33,2 sól: 6,2						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g) Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka jarzynowa (200 g/9,10), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 223,6 kcal B: 49,7 T: 44,2 kw. tł.: 10,7 W: 399,7 w tym cukry: 72,2 Bł: 44,5 sól: 3,5						

Bezsolna	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 584,9 kcal B: 98,8 T: 68,5 kw. tł.: 25,0 W: 421,5 w tym cukry: 51,5 Bł: 31,8 sól: 4,2						
Papkowata, półpłynna	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)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2 963,8 kcal B: 125,3 T: 93,8 kw. tł.: 38,0 W: 435,7 w tym cukry: 34,7 Bł: 33,9 sól: 4,8						
Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), 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 jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron spaghetti z serem (350 g/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2 878,9 kcal B: 122,2 T: 83,5 kw. tł.: 33,0 W: 442,3 w tym cukry: 38,9 Bł: 36,1 sól: 3,9						
Polożnice	Łopatką pieczoną (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ćwikła (120 g/12), Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 3 016,0 kcal B: 117,3 T: 85,5 kw. tł.: 30,8 W: 482,5 w tym cukry: 68,5 Bł: 42,3 sól: 5,3						
Beźmięsne	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Makaron razowy z serem (350 g/1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/12), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 624,8 kcal B: 100,9 T: 57,6 kw. tł.: 21,9 W: 471,4 w tym cukry: 68,9 Bł: 50,4 sól: 3,7						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Papryka (50 g), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/ 12), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/ 7)
E: 3 139,0 kcal B: 121,7 T: 91,2 kw. tł.: 33,8 W: 497,1 w tym cukry: 67,6 Bł: 43,1 sól: 4,8						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Makaron razowy z serem (350 g/ 1,7), fasolka szparagowa gotowana (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/ 1)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ 1,3) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ćwikła (120 g/ 12), Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka z indyka (30 g/ 1,6), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 943,5 kcal B: 136,3 T: 76,8 kw. tł.: 28,0 W: 464,9 w tym cukry: 78,2 Bł: 42,9 sól: 4,7						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

24.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 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), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 132,4 kcal B: 102,2 T: 61,3 kw. tł.: 26,9 W: 328,9 w tym cukry: 38,4 Bł: 39,2 sól: 5,9						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Herbata (250 m)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (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) Rzodkiewka (20 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 341,7 kcal B: 112,1 T: 66,9 kw. tł.: 23,3 W: 362,6 w tym cukry: 27,4 Bł: 44,0 sól: 6,0						
Bogatoreszkowa	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 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), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 240,4 kcal B: 109,9 T: 64,9 kw. tł.: 29,0 W: 340,1 w tym cukry: 40,2 Bł: 39,2 sól: 6,2						
Lekkostrawna	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 039,7 kcal B: 100,0 T: 51,3 kw. tł.: 20,3 W: 331,4 w tym cukry: 39,1 Bł: 40,6 sól: 4,6						
Z ogr. s. pobudz. wydział. soku żołądkowego	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)
E: 2 781,3 kcal B: 135,0 T: 75,3 kw. tł.: 32,2 W: 424,5 w tym cukry: 36,1 Bł: 37,6 sól: 5,0						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 184,2 kcal B: 101,8 T: 55,2 kw. tł.: 21,1 W: 355,8 w tym cukry: 32,6 Bł: 39,7 sól: 4,0						
Ubogenergetyczna	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 119,0 kcal B: 99,9 T: 55,3 kw. tł.: 21,1 W: 342,1 w tym cukry: 36,0 Bł: 40,7 sól: 4,0						
Niskobiałkowa	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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ 1,3), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 1 992,3 kcal B: 43,6 T: 31,1 kw. tł.: 10,2 W: 420,1 w tym cukry: 60,2 Bł: 40,2 sól: 2,0						
Bezsolna	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 184,2 kcal B: 101,8 T: 55,2 kw. tł.: 21,1 W: 355,8 w tym cukry: 32,6 Bł: 39,7 sól: 4,0						
Papkowata, półpłynna	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), 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)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 781,3 kcal B: 135,0 T: 75,3 kw. tł.: 32,2 W: 424,5 w tym cukry: 36,1 Bł: 37,6 sól: 5,0						

Bogatobiałkowa	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 865,1 kcal B: 140,7 T: 79,0 kw. tł.: 34,3 W: 432,3 w tym cukry: 39,2 Bł: 38,6 sól: 5,3						
Położnice	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 748,1 kcal B: 132,1 T: 75,8 kw. tł.: 35,1 W: 420,7 w tym cukry: 58,8 Bł: 40,5 sól: 6,9						
Beźmięsne	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet sojowy pieczony (100 g/1,3,6), 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), Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 143,3 kcal B: 95,1 T: 64,1 kw. tł.: 27,4 W: 337,2 w tym cukry: 39,8 Bł: 43,9 sól: 5,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/1,3), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Ser żółty (70 g/1,7) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 920,9 kcal B: 140,0 T: 85,3 kw. tł.: 39,3 W: 430,3 w tym cukry: 52,9 Bł: 35,8 sól: 7,2						
Dzieci	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle na słodko (1 szt/ 1,7)	Schab pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Rzodkiewka (20 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kalafior gotowany (100 g)
E: 2 641,4 kcal B: 124,6 T: 66,3 kw. tł.: 27,8 W: 423,1 w tym cukry: 40,9 Bł: 43,1 sól: 6,8						

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

25.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 485,0 kcal B: 86,3 T: 78,9 kw. tł.: 28,8 W: 387,3 w tym cukry: 40,5 BI: 34,1 sól: 7,9						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), chleb razowy (90 g/1,6), papryka (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 440,5 kcal B: 104,9 T: 87,9 kw. tł.: 25,2 W: 338,2 w tym cukry: 23,8 BI: 36,2 sól: 8,5						
Bogatoresztkowa	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/ 1,9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1) Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 593,0 kcal B: 94,0 T: 82,5 kw. tł.: 31,0 W: 398,5 w tym cukry: 42,3 BI: 34,1 sól: 8,1						
Lekkostrawna	Golonka prasowana (60 g/1,6,7), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 362,3 kcal B: 83,5 T: 73,8 kw. tł.: 25,7 W: 367,8 w tym cukry: 40,2 BI: 30,9 sól: 6,2						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółtkowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
E: 2 719,3 kcal B: 120,2 T: 86,3 kw. tł.: 31,9 W: 397,0 w tym cukry: 40,2 Bł: 35,2 sól: 6,0						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (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 jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 166,0 kcal B: 95,8 T: 70,3 kw. tł.: 23,7 W: 318,5 w tym cukry: 40,2 Bł: 33,9 sól: 5,4						
Ubogenergetyczna	Szynka delikatesowa (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 jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
E: 2 138,8 kcal B: 93,1 T: 72,3 kw. tł.: 24,3 W: 307,4 w tym cukry: 42,1 Bł: 31,6 sól: 5,3						
Niskobiałkowa	Makaron pszenny z gotowanymi warzywami (350 g/1,9) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pierogi z truskawkami (350 g/8 szt/1,3,7) 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)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 140,9 kcal B: 51,0 T: 60,2 kw. tł.: 33,6 W: 378,3 w tym cukry: 59,4 Bł: 39,9 sól: 2,1						
Bezsolna	Ser biały (100 g/7), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/1)
E: 2 232,4 kcal B: 104,9 T: 72,2 kw. tł.: 25,5 W: 321,9 w tym cukry: 39,9 Bł: 33,9 sól: 4,1						

Papkowata, półpłynna	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone mielone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 895,3 kcal B: 115,6 T: 94,9 kw. tł.: 31,7 W: 425,5 w tym cukry: 42,3 Bł: 36,9 sól: 5,8						
Bogatobiałkowa	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 803,1 kcal B: 126,0 T: 90,0 kw. tł.: 34,1 W: 404,9 w tym cukry: 43,3 Bł: 36,1 sól: 6,3						
Polożnice	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ 1,7)	Forszmak (300 g/ 1) Chleb sitkowy (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/ 1)
E: 3 017,3 kcal B: 106,2 T: 91,2 kw. tł.: 36,8 W: 471,1 w tym cukry: 65,1 Bł: 33,0 sól: 8,2						
Bezmięsne	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/ 9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 544,1 kcal B: 84,1 T: 65,2 kw. tł.: 18,3 W: 435,6 w tym cukry: 42,6 Bł: 38,1 sól: 6,0						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)
--------------------------------------	--	-------------------------	--	--------------------------------	--	---

E: 3 091,0 kcal B: 109,2 T: 89,7 kw. tł.: 36,1 W: 494,6 w tym cukry: 61,4 Bł: 38,2 sól: 5,8

Dzieci	Golonka prasowana (60 g/ 1,6,7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/ 9) Pierogi z serem (350 g/8 szt/ 1,3,7), Surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/ 1)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (1 szt) + pieczywo (30 g/ 1)
---------------	---	----------------	--	-----------------------------	--	--

E: 2 841,3 kcal B: 103,9 T: 84,2 kw. tł.: 31,3 W: 447,2 w tym cukry: 56,5 Bł: 35,1 sól: 6,8

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

26.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
E: 2 587,2 kcal B: 110,6 T: 79,9 kw. tł.: 29,4 W: 388,1 w tym cukry: 44,9 Bł: 34,9 sól: 5,7						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grysikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), sałata (dodatek insulinowy)
E: 2 123,7 kcal B: 101,2 T: 58,1 kw. tł.: 18,4 W: 336,8 w tym cukry: 34,3 Bł: 41,7 sól: 6,0						
Bogatorzeszkowa	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
E: 2 695,2 kcal B: 118,3 T: 83,5 kw. tł.: 31,6 W: 399,3 w tym cukry: 46,7 Bł: 34,9 sól: 6,0						
Lekkostrawna	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		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: 2 427,9 kcal B: 112,8 T: 64,0 kw. tł.: 24,8 W: 381,6 w tym cukry: 45,5 Bł: 35,5 sól: 5,6						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
E: 2 549,9 kcal B: 127,4 T: 61,1 kw. tł.: 28,7 W: 396,7 w tym cukry: 55,0 Bł: 28,2 sól: 5,6						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7))	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1) z ogr. tłuszczu: kefir (1 szt/7)
E: 2 377,0 kcal B: 118,8 T: 55,6 kw. tł.: 24,4 W: 378,4 w tym cukry: 53,8 Bł: 32,0 sól: 5,8 Z ogr.tłuszczu- E: 2 321,6 kcal B: 116,3 T: 53,4 kw. tł.: 25,2 W: 371,0 w tym cukry: 63,4 Bł: 30,5 sól: 5,4						
Ubogenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)
E: 2 321,8 kcal B: 115,3 T: 56,0 kw. tł.: 24,5 W: 369,7 w tym cukry: 56,4 Bł: 34,7 sól: 5,0						
Niskobiałkowa	Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron pszenny z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
E: 1 837,9 kcal B: 36,1 T: 27,4 kw. tł.: 9,2 W: 385,4 w tym cukry: 80,3 Bł: 27,9 sól: 2,9						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Grycikowa (450 ml/1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1)

E: 2 370,6 kcal B: 125,7 T: 56,0 kw. tł.: 25,6 W: 370,4 w tym cukry: 64,2 Bł: 33,2 sól: 4,3

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

E: 2 737,6 kcal B: 120,4 T: 72,0 kw. tł.: 29,3 W: 425,1 w tym cukry: 57,1 Bł: 29,9 sól: 5,5

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

E: 2 605,7 kcal B: 132,4 T: 63,2 kw. tł.: 30,3 W: 406,9 w tym cukry: 58,8 Bł: 34,1 sól: 5,3

Polożnice	Szynka z indyka (60 g/ 6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 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: 2 855,2 kcal B: 121,8 T: 90,1 kw. tł.: 33,3 W: 419,9 w tym cukry: 48,5 Bł: 34,9 sól: 7,0

Bezmięśna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9) Placki sojowe pieczone (350 g/ 1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7), Chleb pszenny (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo (30 g/ 1)
------------------	---	---------------	---	--	--	---

E: 2 849,4 kcal B: 114,2 T: 83,7 kw. tł.: 24,7 W: 452,7 w tym cukry: 51,1 Bł: 49,8 sól: 5,7

D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/1,7)	Ser biały (100 g/7), miód (25 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)
E: 3 003,6 kcal B: 127,5 T: 90,7 kw. tł.: 36,7 W: 450,8 w tym cukry: 66,8 Bł: 35,6 sól: 6,0						
Dzieci	Szynka z indyka (60 g/6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z makaronem pszennym (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g),sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/1,3,7)	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: 2 834,1 kcal B: 121,5 T: 71,1 kw. tł.: 25,5 W: 461,3 w tym cukry: 58,1 Bł: 39,2 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.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

27.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana 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), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 529,4 kcal B: 100,6 T: 90,6 kw. tł.: 30,5 W: 354,0 w tym cukry: 44,0 Bł: 29,9 sól: 3,7						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Kiełbasa szynkowa (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)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba pieczona (100 g/ 4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Herbata (250 ml)	Ser żółty (70 g/1,7), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (20 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 362,6 kcal B: 103,8 T: 88,2 kw. tł.: 27,6 W: 323,9 w tym cukry: 33,1 Bł: 37,9 sól: 8,3						
Bogatoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 637,4 kcal B: 108,3 T: 94,2 kw. tł.: 32,6 W: 365,2 w tym cukry: 45,8 Bł: 29,9 sól: 4,0						
Lekkostrawna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana 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), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 529,4 kcal B: 100,6 T: 90,6 kw. tł.: 30,5 W: 354,0 w tym cukry: 44,0 Bł: 29,9 sól: 3,7						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/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 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 744,7 kcal B: 106,0 T: 75,8 kw. tł.: 26,0 W: 433,9 w tym cukry: 42,4 Bł: 29,7 sól: 4,3						
Ubogoenergetyczna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Kasza kukurydziana 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 516,2 kcal B: 103,3 T: 80,5 kw. tł.: 29,8 W: 371,9 w tym cukry: 41,5 Bł: 31,8 sól: 3,8						
Ubogoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 611,5 kcal B: 105,8 T: 82,6 kw. tł.: 30,3 W: 384,9 w tym cukry: 41,3 Bł: 28,6 sól: 4,0						
Z ogr. tłuszczu	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/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 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)		Serek waniliowy (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 522,4 kcal B: 102,5 T: 65,7 kw. tł.: 32,3 W: 403,2 w tym cukry: 57,4 Bł: 28,6 sól: 3,5						
Niskobiałkowa	Makaron z warzywami (350 g/1,7,9) 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)		Brokuły gotowane (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2 194,5 kcal B: 50,2 T: 51,5 kw. tł.: 19,8 W: 423,6 w tym cukry: 61,2 Bł: 45,0 sól: 3,1						

Bezsolna	Miód (25 g), 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 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 611,5 kcal B: 105,8 T: 82,6 kw. tł.: 30,3 W: 384,9 w tym cukry: 41,3 Bł: 28,6 sól: 4,0						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g), 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 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 707,7 kcal B: 108,1 T: 71,9 kw. tł.: 25,2 W: 433,9 w tym cukry: 43,4 Bł: 31,1 sól: 4,8						
Bogatobiałkowa	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana 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)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 749,0 kcal B: 122,8 T: 76,2 kw. tł.: 27,8 W: 422,5 w tym cukry: 37,0 Bł: 33,6 sól: 6,2						
Polożnice	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 855,9 kcal B: 112,4 T: 99,7 kw. tł.: 33,4 W: 403,6 w tym cukry: 62,2 Bł: 30,5 sól: 4,3						
Bezmięsne	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Kasza kukurydziana 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), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 529,4 kcal B: 100,6 T: 90,6 kw. tł.: 30,5 W: 354,0 w tym cukry: 44,0 Bł: 29,9 sól: 3,7						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana 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)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 799,7 kcal B: 106,7 T: 82,0 kw. tł.: 26,8 W: 435,1 w tym cukry: 58,1 Bł: 31,3 sól: 4,3						
Dzieci	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml, Kasza kukurydziana 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), Surówka z kapusty kiszonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (1 szt/1,3,7)	Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Sałata, Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Serek naturalny (1 szt/7)
E: 2 835,2 kcal B: 114,0 T: 99,4 kw. tł.: 32,7 W: 397,9 w tym cukry: 54,2 Bł: 30,9 sól: 3,8						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn.e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

28.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 343,7 kcal B: 114,2 T: 76,2 kw. tł.: 24,2 W: 332,9 w tym cukry: 35,0 Bł: 35,5 sól: 4,6						
Z ogr. latwo p. węglowodanów	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 (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), kasza gryczana gotowana (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (20 g) Herbata (250 ml)	Szynka wędzona (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 552,8 kcal B: 135,0 T: 77,4 kw. tł.: 23,1 W: 373,6 w tym cukry: 24,7 Bł: 48,4 sól: 5,6						
Bogatoreztkowa	Twarożek (100 g/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)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 451,7 kcal B: 121,9 T: 79,8 kw. tł.: 26,3 W: 344,1 w tym cukry: 36,8 Bł: 35,5 sól: 4,9						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 343,7 kcal B: 114,2 T: 76,2 kw. tł.: 24,2 W: 332,9 w tym cukry: 35,0 Bł: 35,5 sól: 4,6						
Z ogr. subst. pobudz. wydział. soku żołądkowego	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)
E: 2 875,9 kcal B: 147,5 T: 79,4 kw. tł.: 29,7 W: 429,3 w tym cukry: 34,2 Bł: 40,2 sól: 5,5						

Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Półdewica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 274,9 kcal B: 115,0 T: 59,2 kw. tł.: 18,9 W: 355,3 w tym cukry: 33,4 Bł: 39,0 sól: 4,4						
Ubogoresztkowa,	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Półdewica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 305,9 kcal B: 116,5 T: 58,9 kw. tł.: 18,8 W: 360,7 w tym cukry: 32,1 Bł: 37,3 sól: 5,2						
z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)	Półdewica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 305,9 kcal B: 116,5 T: 58,9 kw. tł.: 18,8 W: 360,7 w tym cukry: 32,1 Bł: 37,3 sól: 5,2						
Niskobiałkowa	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) Kasza gotowana z warzywami (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 236,5 kcal B: 50,1 T: 29,4 kw. tł.: 10,7 W: 478,0 w tym cukry: 75,2 Bł: 48,4 sól: 2,7						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 309,9 kcal B: 111,4 T: 57,5 kw. tł.: 18,3 W: 370,7 w tym cukry: 40,8 Bł: 38,2 sól: 4,8						
Papkováta, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany mielony w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), 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)

E: 2 875,9 kcal B: 147,5 T: 79,4 kw. tł.: 29,7 W: 429,3 w tym cukry: 34,2 Bł: 40,2 sól: 5,5						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa (450 ml/ 9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 952,9 kcal B: 153,7 T: 83,3 kw. tł.: 31,9 W: 435,1 w tym cukry: 37,3 Bł: 41,9 sól: 4,9						
Polożnice	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), 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)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z mianą (1 szt/1,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 910,2 kcal B: 146,7 T: 86,0 kw. tł.: 32,7 W: 423,3 w tym cukry: 52,6 Bł: 40,8 sól: 5,6						
Bezmięśna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa (450 ml/ 9), Kaszotto z kostką sojową (350 g/1,6,9), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z soczewicy (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
E: 2 354,0 kcal B: 97,8 T: 50,1 kw. tł.: 14,3 W: 428,9 w tym cukry: 47,3 Bł: 56,0 sól: 3,9						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (1 szt/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z mianą (1 szt/1,7)	Karczek pieczony (60 g), 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)
E: 3 074,7 kcal B: 150,3 T: 104,5 kw. tł.: 40,3 W: 419,4 w tym cukry: 51,6 Bł: 39,9 sól: 4,9						
Dzieci	Twarożek (100 g/7) Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Rosół z makaronem pszennym (450 ml/ 1,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka z groszkiem gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z mianą (1 szt/1,7)	Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Polędwica drobiowa (60 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
E: 2 856,7 kcal B: 138,9 T: 95,2 kw. tł.: 35,2 W: 396,5 w tym cukry: 50,8 Bł: 39,6 sól: 5,2						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

29.09.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/1,7,9) + chleb pszenny (50 g/1), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2 325,7 kcal B: 95,0 T: 77,7 kw. tł.: 23,4 W: 340,9 w tym cukry: 45,8 BI: 32,0 sól: 8,3						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 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)
E: 2 247,8 kcal B: 113,7 T: 65,9 kw. tł.: 21,9 W: 331,2 w tym cukry: 31,1 BI: 34,8 sól: 5,4						
Bogatorzeszkowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/7)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/1,7,9) + chleb pszenny (50 g/1), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2 433,7 kcal B: 102,7 T: 81,3 kw. tł.: 25,6 W: 352,1 w tym cukry: 47,6 BI: 32,0 sól: 8,6						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kielbasą (450 ml/1,7,9) + chleb pszenny (50 g/1), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
E: 2 081,7 kcal B: 96,9 T: 55,9 kw. tł.: 21,3 W: 328,0 w tym cukry: 42,6 BI: 34,3 sól: 6,2						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Polędwica sopočka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
--	---	-------------------------	--	--	---	---

E: 2 527,6 kcal B: 119,9 T: 67,0 kw. tł.: 26,4 W: 393,3 w tym cukry: 46,5 Bł: 36,0 sól: 6,0

Ubogoenergetyczna	Polędwica sopočka (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/1)
--------------------------	---	----------------	--	--	--	--

E: 2 000,6 kcal B: 94,5 T: 59,3 kw. tł.: 21,9 W: 299,2 w tym cukry: 43,7 Bł: 30,9 sól: 5,6

Ubogoresztkowa	Polędwica sopočka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/1)
-----------------------	--	-------------------------	--	--	---	--

E: 2 027,8 kcal B: 97,2 T: 57,3 kw. tł.: 21,3 W: 310,3 w tym cukry: 41,8 Bł: 33,2 sól: 5,8

Z ogr. tłuszczu	Polędwica sopočka (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/1)
------------------------	--	-------------------------	--	--	---	--

E: 2 027,8 kcal B: 97,2 T: 57,3 kw. tł.: 21,3 W: 310,3 w tym cukry: 41,8 Bł: 33,2 sól: 5,8

Niskobiałkowa	Krupnik ryżowy (450 ml/9), bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/19) Kopytka gotowane (300 g/1), 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)	Miód (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2 168,5 kcal B: 51,2 T: 46,5 kw. tł.: 16,9 W: 425,9 w tym cukry: 57,7 Bł: 43,4 sól: 3,4						
Bezsolna	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Miód (25 g), pieczywo (30 g/1)
E: 2 003,6 kcal B: 100,2 T: 48,8 kw. tł.: 16,4 W: 322,3 w tym cukry: 50,8 Bł: 35,1 sól: 4,0						
Papkowata, półpłynna	Pasztet sojowy (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2 703,6 kcal B: 115,3 T: 75,7 kw. tł.: 26,2 W: 421,7 w tym cukry: 48,6 Bł: 37,7 sól: 5,9						
Bogatobiałkowa	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
E: 2 608,4 kcal B: 124,9 T: 72,6 kw. tł.: 29,1 W: 393,3 w tym cukry: 50,2 Bł: 33,7 sól: 6,1						

Polożnice	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb pszenny (50 g/ 1), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 751,6 kcal B: 126,3 T: 74,7 kw. tl.: 31,4 W: 424,1 w tym cukry: 65,2 Bł: 34,8 sól: 7,2						
Bezmięśne	Paszтет sojowy (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9), Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/ 6,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 313,8 kcal B: 80,8 T: 80,2 kw. tl.: 20,7 W: 350,0 w tym cukry: 49,8 Bł: 37,9 sól: 7,2						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 761,7 kcal B: 122,5 T: 74,0 kw. tl.: 29,3 W: 433,0 w tym cukry: 68,5 Bł: 35,7 sól: 6,1						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Szczawiowa z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb pszenny (50 g/ 1), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/ 1,7), pieczywo (30 g/ 1)
E: 2 583,0 kcal B: 119,1 T: 68,4 kw. tl.: 29,3 W: 404,1 w tym cukry: 64,2 Bł: 35,4 sól: 6,9						
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.						