

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL_)	Kasza jaglana na mleku 350 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE_)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salátka meksykańska z fasolą* 100 g (JAJ, SEL, GOR_) Salátka zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Pomidor 70 g Salátka zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE_)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL_) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (SEL_) Ziemniaki () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos koperkowy * 30 ml (GLU PSZ, MLE_) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL_) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos cebulowy 100 ml (GLU PSZ, MLE_) Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE_) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (SEL_) Surówka Coleslaw () 50 g (JAJ, MLE, GOR_) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL_) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ_) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE_) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE_)		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Polewka Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salátka zielona 10 g Pomidor 70 g Salátka zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salátka zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC_)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Twarożek 20 g (MLE_) Salátka zielona 10 g	
		E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2436.16 kcal; B: 94.70 g; T: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; W: 399.62 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 10.08 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2688.60 kcal; B: 82.18 g; T: 79.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 423.53 g; W tym cukry: 112.07 g; Bł.: 34.79 g; Sól: 8.51 g;	E: 2399.66 kcal; B: 76.48 g; T: 55.51 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 412.83 g; W tym cukry: 117.68 g; Bł.: 22.44 g; Sól: 8.68 g;

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL_)	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Twarożek 70 g (MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE_)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokula * 50 g Ogórek kiszony 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Gruszka 1szt. 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokula * 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml (GLU PSZ, MLE_)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL_) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 350 ml (GLU PSZ, SEL_) Makaron 200 g (GLU PSZ_) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ_) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL_) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL_) Makaron 180 g (GLU PSZ_) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ_) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL_) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ_) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g (MLE_) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL_) Makaron 180 g (GLU PSZ_) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (GLU PSZ_) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL_) Dyńa duszona z olejem* 200 g (GLU PSZ_) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Chrupki kukurydziane 20 g		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (MLE, GLU JECZ_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g, 1 szt (GLU PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (SOJ_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU PSZ, MLE_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE_)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ_) Salata zielona 10 g	
	E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2524.92 kcal; B: 100.51 g; T: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 426.16 g; W tym cukry: 73.47 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 8.78 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2402.28 kcal; B: 104.31 g; T: 72.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; W: 346.27 g; W tym cukry: 83.67 g; Bł.: 30.58 g; Sól: 9.39 g;	E: 2456.16 kcal; B: 104.46 g; T: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; W: 349.86 g; W tym cukry: 83.30 g; Bł.: 27.03 g; Sól: 8.58 g;	

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-10 środa	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL_)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU, PSZ, MLE_)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR_) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (RYB, SEL_) Salata zielona 10 g Salatka z brokułu i pomidora BBCO 100 g (JAJ, MLE, GOR_) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (RYB, SEL, GOR_) Salata zielona 10 g Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBKO 100 g (MLE_) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
		II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren I () 250 ml (GLU, PSZ, MLE_)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL_) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 350 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (GLU, PSZ, JAJ_) Sos jarzynowy () 30 ml (GLU, PSZ, SEL_) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Sos jarzynowy () 50 ml (GLU, PSZ, SEL_) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU, PSZ, JAJ_) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Salatka szwedzka () 100 g (GOR_) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU, PSZ, JAJ_) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU, PSZ, SEL_) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		PD	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Mus z jabłek () b/c 150 g	Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU, PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Serek a'la homogenizowany 70 g (MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU, PSZ, MLE_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ_)
		PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Ser żółty 20 g (MLE_) Ogórek kiszony 50 g
	E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2470.48 kcal; B: 98.44 g; T: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; W: 415.55 g; W tym cukry: 76.33 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 9.23 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2450.27 kcal; B: 108.17 g; T: 66.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.43 g; W: 371.70 g; W tym cukry: 111.54 g; Bł.: 31.53 g; Sól: 9.20 g;	E: 2383.86 kcal; B: 106.67 g; T: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; W: 380.67 g; W tym cukry: 118.09 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 7.23 g;	

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-11 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Mus z jablek () z/c 100 g		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połędwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2650.34 kcal; B: 97.01 g; T: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 445.80 g; W tym cukry: 73.95 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 9.61 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2388.67 kcal; B: 98.62 g; T: 64.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; W: 366.89 g; W tym cukry: 83.29 g; Bł.: 38.20 g; Sól: 8.44 g;	E: 2330.81 kcal; B: 90.81 g; T: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; W: 364.58 g; W tym cukry: 88.14 g; Bł.: 36.84 g; Sól: 8.40 g;

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-12 piątek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Śledź z cebulką w oleju 80 g (<u>RYB</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Płatki żytnie na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 70 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g	
		E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2523.16 kcal; B: 114.02 g; T: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 403.68 g; W tym cukry: 73.98 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 8.68 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2467.47 kcal; B: 87.59 g; T: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; W: 357.26 g; W tym cukry: 110.64 g; Bł.: 29.77 g; Sól: 8.74 g;	E: 2358.53 kcal; B: 94.42 g; T: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; W: 375.23 g; W tym cukry: 125.14 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 7.15 g;

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>)	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Połudwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula* 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula* 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Mandarynka 1 szt
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 120 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	PN	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	
	E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2704.31 kcal; B: 99.63 g; T: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 444.28 g; W tym cukry: 101.65 g; Bł.: 31.03 g; Sól: 9.78 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bł.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bł.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2424.61 kcal; B: 99.12 g; T: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; W: 363.28 g; W tym cukry: 89.23 g; Bł.: 37.31 g; Sól: 9.44 g;	E: 2457.07 kcal; B: 111.26 g; T: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; W: 361.93 g; W tym cukry: 95.49 g; Bł.: 35.93 g; Sól: 8.80 g;	

	BIAL- Płynna	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- Kleikowa	BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana	BIAL- MSWiA Podstawowa	BIAL- MSWiA Łatwo strawna	
2024-01-14 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml Bulion warzywny () 250 ml (SEL_)	Płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_)	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU, PSZ, MLE_)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (SEL_) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW_) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (SEL_) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 70 g
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Dren I () 250 ml (GLU, PSZ, MLE_)		
	Obiad	Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml (SEL_) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 350 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU, PSZ, JAJ_) Sos koperkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE_) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Dren II () 350 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAJ, MLE, GOR_) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (GLU, PSZ, SEL_) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 50 ml (GLU, PSZ, MLE_) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
		Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Biszkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ_)		Dren II () 250 ml		
	Kolacja	Bulion warzywny () 250 ml (SEL_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU, PSZ, MLE_) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU, PSZ,) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Kleik ryżowy na wodzie 300 g Suchary b/c 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Dren I () 350 ml (GLU, PSZ, MLE_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Chleb żytni razowy 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR_) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 10 g (MLE_) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (SOJ, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR_) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ_)
		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml		Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt Suchary b/c (tylko USK) 50 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE_)	Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g (MLE_) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT_) Masło extra 82% 5 g (MLE_) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (MLE_) Sałata zielona 10 g
PN	E: 640.92 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 136.51 g; W tym cukry: 91.38 g; Bl.: 6.26 g; Sól: 1.25 g;	E: 2655.78 kcal; B: 105.03 g; T: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; W: 425.85 g; W tym cukry: 99.78 g; Bl.: 29.10 g; Sól: 8.77 g;	E: 1401.50 kcal; B: 36.29 g; T: 15.84 g; Kw. tł. nasy.: 0.23 g; W: 276.12 g; W tym cukry: 17.28 g; Bl.: 3.54 g; Sól: 0.30 g;	E: 1828.14 kcal; B: 92.50 g; T: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 39.01 g; W: 178.60 g; W tym cukry: 15.11 g; Bl.: 17.83 g; Sól: 1.12 g;	E: 2351.16 kcal; B: 116.44 g; T: 73.01 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; W: 319.22 g; W tym cukry: 81.48 g; Bl.: 28.48 g; Sól: 7.89 g;	E: 2333.52 kcal; B: 116.96 g; T: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; W: 314.07 g; W tym cukry: 72.55 g; Bl.: 23.15 g; Sól: 8.41 g;	

	BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowo, żołądkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAŁ- MSWiA Bogatoresztkowa
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salatka meksykańska z fasolą* 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą* 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g
Obiad	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Banan 1szt. 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Banan 1szt. 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/śkórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g
	E: 2697.03 kcal; B: 113.58 g; T: 82.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.04 g; W: 391.39 g; W tym cukry: 104.19 g; Bł.: 36.11 g; Sól: 10.93 g;	E: 2572.27 kcal; B: 94.51 g; T: 73.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; W: 398.09 g; W tym cukry: 128.87 g; Bł.: 35.04 g; Sól: 9.50 g;	E: 1987.70 kcal; B: 77.78 g; T: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; W: 322.08 g; W tym cukry: 94.68 g; Bł.: 30.95 g; Sól: 5.07 g;	E: 2164.64 kcal; B: 93.77 g; T: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; W: 295.96 g; W tym cukry: 34.24 g; Bł.: 32.55 g; Sól: 9.32 g;	E: 1885.59 kcal; B: 32.52 g; T: 28.06 g; Kw. tł. nasy.: 12.94 g; W: 390.34 g; W tym cukry: 129.54 g; Bł.: 19.49 g; Sól: 4.05 g;	E: 2615.25 kcal; B: 102.02 g; T: 80.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; W: 386.27 g; W tym cukry: 104.13 g; Bł.: 34.54 g; Sól: 8.94 g;

	BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowo-żółdkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (truskawkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa	
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) <u>GLU PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL</u> ,) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL</u> ,) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> ,) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL</u> ,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła* 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> ,) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 15 g Pasta z brokuła* 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła* 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u> ,)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Pomidor 50 g	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 40 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>SEL</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> ,)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Gruszka 1szt. 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Papryka świeża 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Suflet mięsno-jarzynowy () 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> ,) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u> ,)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> ,) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u> ,) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u> ,) Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Salata zielona 10 g
		E: 2595.89 kcal; B: 124.04 g; T: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; W: 359.18 g; W tym cukry: 86.36 g; Bł.: 24.44 g; Sól: 8.92 g;	E: 2526.91 kcal; B: 105.21 g; T: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 379.44 g; W tym cukry: 106.48 g; Bł.: 26.75 g; Sól: 8.29 g;	E: 2128.29 kcal; B: 96.22 g; T: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 8.73 g; W: 337.56 g; W tym cukry: 98.92 g; Bł.: 25.72 g; Sól: 4.53 g;	E: 2189.61 kcal; B: 101.53 g; T: 72.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; W: 294.65 g; W tym cukry: 41.56 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 10.05 g;	E: 2004.00 kcal; B: 56.85 g; T: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; W: 340.34 g; W tym cukry: 106.49 g; Bł.: 27.85 g; Sól: 4.67 g;	E: 2502.58 kcal; B: 107.09 g; T: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; W: 358.27 g; W tym cukry: 98.43 g; Bł.: 31.36 g; Sól: 7.51 g;

	BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowa, żołądkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAŁ- MSWiA Bogatoresztkowa	
2024-01-10 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałatka z brokoletu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka z brokoletu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Sałatka z brokoletu i pomidora BBCCO 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata z brokoletu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata z brokoletu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
		II ŚN	Koktajl bananowo-dyńniowy 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1 szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1 szt. 1 szt
2024-01-10 środa	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Sałata szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
		PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
2024-01-10 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor b'skórki 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 70 g	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Sałata zielona 10 g
		E: 2509.85 kcal; B: 121.50 g; T: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; W: 381.34 g; W tym cukry: 119.83 g; Bł.: 34.05 g; Sól: 7.88 g;	E: 2535.43 kcal; B: 106.70 g; T: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.69 g; W: 418.57 g; W tym cukry: 148.30 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 7.27 g;	E: 2012.31 kcal; B: 84.02 g; T: 34.84 g; Kw. tł. nasy.: 8.19 g; W: 351.95 g; W tym cukry: 118.82 g; Bł.: 28.86 g; Sól: 4.92 g;	E: 2124.03 kcal; B: 107.94 g; T: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.47 g; W: 295.04 g; W tym cukry: 54.56 g; Bł.: 30.45 g; Sól: 8.95 g;	E: 1931.04 kcal; B: 59.36 g; T: 39.54 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; W: 348.75 g; W tym cukry: 130.42 g; Bł.: 31.18 g; Sól: 4.94 g;	E: 2171.70 kcal; B: 100.40 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; W: 338.03 g; W tym cukry: 96.81 g; Bł.: 29.93 g; Sól: 7.89 g;

	BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowo, żółdkowa)	BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (truskowa)	BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa	
2024-01-11 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pomidor b/skórki 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Sufllet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 50 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 50 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 50 g
	Obiad	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT, _</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Risotto wegetariańskie* 200 g (<u>SEL, _</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL, _</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL, _</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2, _</u>)	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	E: 2428.93 kcal; B: 93.50 g; T: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; W: 382.24 g; W tym cukry: 84.60 g; Bł.: 39.90 g; Sól: 8.82 g;	E: 2457.41 kcal; B: 93.53 g; T: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 23.90 g; W: 382.77 g; W tym cukry: 82.56 g; Bł.: 32.13 g; Sól: 7.20 g;	E: 1954.24 kcal; B: 74.06 g; T: 45.40 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; W: 323.75 g; W tym cukry: 73.07 g; Bł.: 29.36 g; Sól: 4.43 g;	E: 2171.18 kcal; B: 93.73 g; T: 65.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; W: 315.35 g; W tym cukry: 45.27 g; Bł.: 40.44 g; Sól: 8.33 g;	E: 1634.68 kcal; B: 42.05 g; T: 41.50 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; W: 283.55 g; W tym cukry: 72.19 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 4.52 g;	E: 2152.24 kcal; B: 91.54 g; T: 60.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.75 g; W: 322.94 g; W tym cukry: 48.79 g; Bł.: 43.57 g; Sól: 7.29 g;	

	BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAL- MSWiA Z ogr.łuszczu (wątrobowa,żołądkowa)	BIAL- MSWiA Z ogr.łuszczu (trzuskowa)	BIAL- MSWiA Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa	
2024-01-12 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ryba faszerowana (miruna) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 70g Sałata zielona 10g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z białek 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Galaretką o smaku brzoskwinowym 200 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Sałata zielona 10 g	Galaretką o smaku brzoskwinowym 200 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba gotowana (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Banan 1szt. 1 szt	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g
		E: 2609.63 kcal; B: 108.82 g; T: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; W: 405.06 g; W tym cukry: 125.22 g; Bł.: 37.15 g; Sól: 8.47 g;	E: 2404.76 kcal; B: 95.06 g; T: 56.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; W: 395.03 g; W tym cukry: 143.23 g; Bł.: 35.55 g; Sól: 7.27 g;	E: 1970.21 kcal; B: 78.85 g; T: 36.04 g; Kw. tł. nasy.: 6.94 g; W: 344.71 g; W tym cukry: 125.58 g; Bł.: 32.21 g; Sól: 5.35 g;	E: 2182.75 kcal; B: 104.90 g; T: 75.61 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; W: 283.64 g; W tym cukry: 30.04 g; Bł.: 27.74 g; Sól: 9.22 g;	E: 2157.46 kcal; B: 66.42 g; T: 43.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; W: 389.78 g; W tym cukry: 123.71 g; Bł.: 31.43 g; Sól: 6.33 g;	E: 2272.50 kcal; B: 92.16 g; T: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; W: 352.66 g; W tym cukry: 109.34 g; Bł.: 30.34 g; Sól: 5.69 g;

	BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowa, żołądkowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)	BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa	
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLUPSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLUPSZ</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
PD	Mandarynka 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Mandarynka 1 szt			
Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 50 g	Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g	
	E: 2640.54 kcal; B: 126.06 g; T: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; W: 380.25 g; W tym cukry: 96.84 g; Bł.: 37.43 g; Sól: 9.61 g;	E: 2576.15 kcal; B: 112.72 g; T: 70.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.16 g; W: 392.52 g; W tym cukry: 124.04 g; Bł.: 32.33 g; Sól: 7.06 g;	E: 2019.22 kcal; B: 89.58 g; T: 37.00 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; W: 342.60 g; W tym cukry: 105.95 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 4.66 g;	E: 2449.34 kcal; B: 125.30 g; T: 83.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; W: 322.57 g; W tym cukry: 47.21 g; Bł.: 38.65 g; Sól: 10.09 g;	E: 2271.63 kcal; B: 74.23 g; T: 50.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.49 g; W: 397.38 g; W tym cukry: 111.79 g; Bł.: 34.30 g; Sól: 6.56 g;	E: 2268.47 kcal; B: 103.67 g; T: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; W: 332.41 g; W tym cukry: 85.57 g; Bł.: 36.66 g; Sól: 7.22 g;	

	BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa	BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)	BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (truskawka)	BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa	BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL, _</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL, _</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II SN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko 1 szt 1 szt		
Obiad	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 40 g Sos koperkowy*(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Surówka Coleslaw () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>)
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)	Platki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>)
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb tostowy pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g
	E: 2488.05 kcal; B: 132.05 g; T: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.49 g; W: 324.57 g; W tym cukry: 79.86 g; Bł.: 23.30 g; Sól: 9.13 g;	E: 2533.98 kcal; B: 113.75 g; T: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; W: 368.01 g; W tym cukry: 116.51 g; Bł.: 33.08 g; Sól: 8.93 g;	E: 2231.52 kcal; B: 100.30 g; T: 63.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; W: 328.38 g; W tym cukry: 103.83 g; Bł.: 32.72 g; Sól: 6.15 g;	E: 2188.76 kcal; B: 121.34 g; T: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; W: 273.72 g; W tym cukry: 46.85 g; Bł.: 27.08 g; Sól: 8.23 g;	E: 1851.28 kcal; B: 49.91 g; T: 46.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.17 g; W: 323.63 g; W tym cukry: 111.33 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 4.97 g;	E: 2242.28 kcal; B: 114.12 g; T: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; W: 300.83 g; W tym cukry: 76.76 g; Bł.: 27.03 g; Sól: 7.24 g;

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa	
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Salatka meksykańska z fasolą* 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Salatka meksykańska z fasolą* 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 10 g Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 20 g	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Salatka meksykańska z fasolą* 100 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt	Banan 1szt. 1 szt				Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomidor 70 g		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEZC</u>)
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 10 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g
	E: 1861.61 kcal; B: 87.95 g; T: 58.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; W: 259.21 g; W tym cukry: 45.43 g; Bł.: 28.90 g; Sól: 7.78 g;	E: 2380.51 kcal; B: 73.69 g; T: 77.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; W: 359.32 g; W tym cukry: 118.57 g; Bł.: 29.65 g; Sól: 4.53 g;	E: 2767.27 kcal; B: 66.86 g; T: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; W: 478.86 g; W tym cukry: 134.55 g; Bł.: 24.91 g; Sól: 7.57 g;	E: 2382.25 kcal; B: 88.05 g; T: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.07 g; W: 384.22 g; W tym cukry: 120.95 g; Bł.: 35.63 g; Sól: 9.70 g;	E: 462.92 kcal; B: 14.57 g; T: 19.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; W: 58.92 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 3.24 g;	E: 2474.34 kcal; B: 93.51 g; T: 70.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.61 g; W: 382.26 g; W tym cukry: 100.91 g; Bł.: 35.27 g; Sól: 8.76 g;	

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa		
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokula * 50 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml	
	Obiad	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Bitka z szynki wieprzowej (b/glutenu) 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Dyńia z wody 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		
	PD	Gruszka 1szt. 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt				Gruszka 1szt. 150 g	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g	
		E: 1911.74 kcal; B: 93.34 g; T: 50.27 g; Kw. tł. nasy.: 9.30 g; W: 277.36 g; W tym cukry: 66.56 g; Bł.: 31.02 g; Sól: 6.55 g;	E: 2232.33 kcal; B: 71.43 g; T: 68.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.99 g; W: 335.51 g; W tym cukry: 94.72 g; Bł.: 20.72 g; Sól: 4.96 g;	E: 2666.58 kcal; B: 83.15 g; T: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; W: 421.51 g; W tym cukry: 114.60 g; Bł.: 34.79 g; Sól: 7.58 g;	E: 2342.45 kcal; B: 90.96 g; T: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 12.01 g; W: 369.00 g; W tym cukry: 94.75 g; Bł.: 27.80 g; Sól: 8.28 g;	E: 494.60 kcal; B: 13.71 g; T: 23.55 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 58.39 g; W tym cukry: 0.26 g; Bł.: 3.49 g; Sól: 2.69 g;	E: 2220.50 kcal; B: 92.50 g; T: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 10.87 g; W: 346.34 g; W tym cukry: 79.91 g; Bł.: 28.13 g; Sól: 8.41 g;	

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa
Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>)	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
II ŚN	Banan 1szt. 1 szt					Banan 1szt. 1 szt
Obiad	Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlety z brokuła* 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Buraczki gotowane () 200 g	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka szwedzka () 100 g (<u>GOR.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
PD	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Serek a'la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Serek a'la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 50 g
	E: 1521.16 kcal; B: 76.35 g; T: 26.29 g; Kw. tł. nasy.: 8.46 g; W: 257.30 g; W tym cukry: 73.38 g; Bł.: 25.46 g; Sól: 6.70 g;	E: 2296.88 kcal; B: 83.13 g; T: 54.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; W: 377.87 g; W tym cukry: 129.62 g; Bł.: 24.85 g; Sól: 3.06 g;	E: 2661.15 kcal; B: 82.38 g; T: 72.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; W: 436.33 g; W tym cukry: 152.06 g; Bł.: 36.53 g; Sól: 6.82 g;	E: 2265.61 kcal; B: 91.73 g; T: 41.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; W: 397.22 g; W tym cukry: 128.54 g; Bł.: 31.55 g; Sól: 7.24 g;	E: 491.70 kcal; B: 17.68 g; T: 20.71 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; W: 59.95 g; W tym cukry: 2.83 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 1.64 g;	E: 2178.20 kcal; B: 92.72 g; T: 47.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.39 g; W: 362.05 g; W tym cukry: 104.71 g; Bł.: 32.22 g; Sól: 8.01 g;

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa	
2024-01-11 czwartek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Salata zielona 20 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por					Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt					Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		E: 1604.28 kcal; B: 81.70 g; T: 37.87 g; Kw. tł. nasy.: 9.74 g; W: 244.09 g; W tym cukry: 43.82 g; Bł.: 37.61 g; Sól: 6.07 g;	E: 2166.17 kcal; B: 76.35 g; T: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.18 g; W: 329.51 g; W tym cukry: 70.22 g; Bł.: 31.31 g; Sól: 4.11 g;	E: 2292.91 kcal; B: 77.66 g; T: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; W: 350.07 g; W tym cukry: 76.37 g; Bł.: 32.56 g; Sól: 7.56 g;	E: 2264.29 kcal; B: 78.01 g; T: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; W: 338.56 g; W tym cukry: 60.68 g; Bł.: 32.27 g; Sól: 8.66 g;	E: 450.48 kcal; B: 11.92 g; T: 19.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 57.22 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 2.22 g;	E: 2144.33 kcal; B: 87.83 g; T: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; W: 349.72 g; W tym cukry: 74.39 g; Bł.: 38.42 g; Sól: 7.73 g;

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa	
2024-01-12 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta z białek 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g					Galaretko o smaku brzoskwiowym 200 g
	Obiad	Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Pomidorowa z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Banan 1szt. 1 szt					Banan 1szt. 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Dżem 25 g 1 szt Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g
	E: 1565.47 kcal; B: 78.78 g; T: 29.91 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; W: 256.65 g; W tym cukry: 92.47 g; Bł.: 24.33 g; Sól: 3.77 g;	E: 2170.85 kcal; B: 70.27 g; T: 56.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; W: 353.11 g; W tym cukry: 123.20 g; Bł.: 22.15 g; Sól: 2.55 g;	E: 2446.69 kcal; B: 98.42 g; T: 59.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.15 g; W: 392.33 g; W tym cukry: 143.10 g; Bł.: 30.12 g; Sól: 7.17 g;	E: 2150.94 kcal; B: 82.72 g; T: 44.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; W: 370.55 g; W tym cukry: 123.12 g; Bł.: 31.63 g; Sól: 6.88 g;	E: 495.59 kcal; B: 14.19 g; T: 23.64 g; Kw. tł. nasy.: 13.08 g; W: 57.98 g; W tym cukry: 0.67 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 1.85 g;	E: 2336.98 kcal; B: 95.47 g; T: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; W: 383.84 g; W tym cukry: 138.37 g; Bł.: 32.20 g; Sól: 5.67 g;	

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa	
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokula * 50 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml
	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 230 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi z serem* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Gulasz wieprzowy 230 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt					Mandarynka 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Surówka z marchwi b/c () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml		Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL. może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u>)
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Serek homo. naturalny 20 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 50 g
	E: 1732.00 kcal; B: 93.31 g; T: 51.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; W: 244.48 g; W tym cukry: 62.96 g; Bł.: 28.14 g; Sól: 6.22 g;	E: 2423.79 kcal; B: 87.96 g; T: 70.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; W: 370.60 g; W tym cukry: 108.44 g; Bł.: 27.31 g; Sól: 4.21 g;	E: 2870.03 kcal; B: 101.23 g; T: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; W: 438.81 g; W tym cukry: 122.01 g; Bł.: 34.72 g; Sól: 8.77 g;	E: 2331.21 kcal; B: 104.23 g; T: 55.58 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; W: 369.60 g; W tym cukry: 101.57 g; Bł.: 33.24 g; Sól: 8.76 g;	E: 458.72 kcal; B: 15.79 g; T: 19.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; W: 57.56 g; W tym cukry: 0.68 g; Bł.: 3.49 g; Sól: 2.85 g;	E: 2437.85 kcal; B: 105.42 g; T: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; W: 379.42 g; W tym cukry: 110.95 g; Bł.: 37.37 g; Sól: 8.58 g;	

	BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna	BIAL- MSWiA Bezglutenowa	BIAL- MSWiA Wegetariańska	BIAL- MSWiA Bezmleczna	BIAL- MSWiA Kanapki	BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa	
2024-01-14, niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biała 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Paszet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Rzodkiew biała 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 70 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt					Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ.</u>) Surówka Coleslaw () 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,bialka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 70 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>)	Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,bialka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	PN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g	
	E: 1612.33 kcal; B: 97.98 g; T: 46.41 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; W: 210.68 g; W tym cukry: 44.58 g; Bł.: 22.91 g; Sól: 4.42 g;	E: 2192.49 kcal; B: 95.32 g; T: 72.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; W: 292.38 g; W tym cukry: 60.60 g; Bł.: 15.80 g; Sól: 4.40 g;	E: 2437.78 kcal; B: 93.07 g; T: 73.53 g; Kw. tł. nasy.: 26.07 g; W: 363.12 g; W tym cukry: 94.80 g; Bł.: 40.68 g; Sól: 6.45 g;	E: 2230.35 kcal; B: 103.81 g; T: 57.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; W: 332.85 g; W tym cukry: 83.56 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 8.49 g;	E: 492.69 kcal; B: 16.17 g; T: 20.54 g; Kw. tł. nasy.: 12.65 g; W: 63.56 g; W tym cukry: 3.84 g; Bł.: 6.18 g; Sól: 1.74 g;	E: 2207.73 kcal; B: 117.16 g; T: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 299.85 g; W tym cukry: 59.16 g; Bł.: 29.32 g; Sól: 7.36 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Bł. - Błonnik pokarmowy,
Ener. z B - % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
Ener. z W - % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,