

|                         | BIAL- Płynna   | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa  | BIAL- MSWiA Łatwo strawna  |   |
|-------------------------|--|--|---|--|---|--|---|
| 2024-02-05 poniedziałek | Śniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )       | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )  | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Sałatka z brokułu i pomidora BBCCO 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL</u> )<br>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> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt |
|                         |  | 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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                    | Ryżowa (bez mleka) () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki () 200 g<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos koperkowy* 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml   | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Kotlety ziemniaczane () 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos cebulowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |
|                         |  | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml   | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |  | Dren II () 250 ml   |  |   |
|                         | Kolejacja  | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml    | Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml               | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )   |
|                         |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK UDSK) 1 szt<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                    |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata 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: 2473.80 kcal; B: 96.70 g; T: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; W: 403.26 g; W tym cukry: 72.38 g; Bł.: 27.79 g; Sól: 9.31 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: 2699.05 kcal; B: 94.63 g; T: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; W: 423.76 g; W tym cukry: 120.19 g; Bł.: 40.04 g; Sól: 6.69 g; | E: 2378.97 kcal; B: 80.61 g; T: 48.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; W: 422.35 g; W tym cukry: 118.94 g; Bł.: 24.93 g; Sól: 6.75 g;  |   |

|                   | BIAL- Płynna | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona   | BIAL- Kleikowa   | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |  |
|-------------------|--------------|---|--|--|--|---|--|
| 2024-02-06 wtorek | Śniadanie    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) | Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> )<br>Pasta z brokuła * 50 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Gruszka 1szt. 150 g | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> )<br>Pasta z brokuła * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>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 ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |  |
|                   | Obiad        | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                 | Soferino (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos własny () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GÓR</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Soferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>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 ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JEJCZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Papryka świeża 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )  |
|                   | PN           | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                 |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>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: 2426.46 kcal; B: 104.89 g; T: 75.46 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; W: 344.81 g; W tym cukry: 83.17 g; Bł.: 28.90 g; Sól: 9.38 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/Pooleracyjna/Rozdrobniona   | BIAl- Kleikowa  | BIAl- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAl- MSWiA Podstawowa  | BIAl- MSWiA Łatwo strawna   |
|------------------|-----------|--|---|---|--|---|---|
| 2024-02-07 środa | Śniadanie | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )  | Kasza jaglana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>JAJ, SEL, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Rolada z łopatką wieprzowej 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>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 ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |   |
|                  | Obiad     | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                | Rosół z makaronem () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 200 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Buraczki gotowane () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Buraczki po francusku z olejem () 100 g<br>Sałatka szwedzka () 100 g ( <u>GOR</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>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 ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml   | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Sałata z makiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> )  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z makiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEĆZ.</u> )   |
|                  | PN        | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK i UDSK) 1 szt<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                 |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser żółty 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata 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: 2432.84 kcal; B: 96.43 g; T: 49.82 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; W: 411.91 g; W tym cukry: 72.67 g; Bł.: 28.31 g; Sól: 10.00 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: 2477.17 kcal; B: 96.07 g; T: 69.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 379.21 g; W tym cukry: 108.08 g; Bł.: 29.64 g; Sól: 11.25 g;  | E: 2404.55 kcal; B: 102.54 g; T: 61.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.35 g; W: 371.15 g; W tym cukry: 116.83 g; Bł.: 29.67 g; Sól: 9.15 g;  |

|                     | BIAL- Płynna   | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona   | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |  |
|---------------------|--|---|---|--|--|---|--|
| 2024-02-08 czwartek | Śniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )   | Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko 200 g<br>Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>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> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g ( <u>JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |  |
| PD                  | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml   | Mus z jabłek () z/c 100 g   |   | Dren II () 250 ml  |  |   |  |
| Kolacja             | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  | Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z twarogu i cebuli 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml              |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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: 2446.72 kcal; B: 97.61 g; T: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; W: 363.74 g; W tym cukry: 86.06 g; Bł.: 37.27 g; Sól: 8.49 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   |   |
|-------------------|--|---|--|--|---|---|---|
| 2024-02-09 piątek | Śniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )     | Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                     | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml   | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Śledź z cebulką w oleju 80 g ( <u>RYB</u> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>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   |   |
|                   | Kolejca  | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml     | Płatki żytnie na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywiana z udźca kurczaka* 70 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 2 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml  |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Sałata 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   |  |
|-------------------|--|---|---|--|---|---|--|
| 2024-02-10 sobota | Sniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )      | Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt       | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                    | Selerowa z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos ziołowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 120 g ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Dren II ( ) 350 ml  | Grochowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> )<br>Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Buraczki po francusku z olejem ( ) 100 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Buraczki gotowane ( ) 200 g<br>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  |   |  |
|                   | Kolejacja  | Bulion warzywny ( ) 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml      | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                      |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>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: 2540.82 kcal; B: 101.76 g; T: 85.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; W: 361.80 g; W tym cukry: 84.61 g; Bł.: 36.34 g; Sól: 9.83 g; | E: 2476.93 kcal; B: 118.41 g; T: 71.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; W: 361.43 g; W tym cukry: 96.11 g; Bł.: 34.75 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   |
|----------------------|-----------|---|--|--|--|---|---|
| 2024-02-11 niedziela | Śniadanie | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Rolada z łopatką wieprzowej 50 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )          | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Pomidor 70 g |
|                      | II SN     | 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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                 | Grysikowa () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos koperkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |
|                      | PD        | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml   | Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ</u> )  |  | Dren II () 250 ml  |   |   |
|                      | Kolacja   | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                 |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata 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: 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; Bł.: 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; 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: 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; Bł.: 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; Bł.: 23.15 g; Sól: 8.41 g;   |

|                         | BIAL- Płynna | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa   | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna  |   |
|-------------------------|--------------|--|--|--|--|--|---|
| 2024-02-12 poniedziałek | Sniadanie    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )  | Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por |
|                         | II SN        | 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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Buraczki gotowane () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surowka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>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> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml              |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g<br>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: 2757.27 kcal; B: 105.42 g; T: 59.07 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; W: 460.64 g; W tym cukry: 105.95 g; Bł.: 27.37 g; Sól: 8.73 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: 2294.68 kcal; B: 91.66 g; T: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.39 g; W: 345.38 g; W tym cukry: 82.19 g; Bł.: 30.73 g; Sól: 8.14 g;   | E: 2289.40 kcal; B: 90.57 g; T: 65.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; W: 350.89 g; W tym cukry: 78.15 g; Bł.: 28.16 g; Sól: 7.93 g;  |



|                   | BIAL- Płynna | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa   | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana  | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |   |
|-------------------|--------------|--|--|---|--|---|---|
| 2024-02-13 wtorek | Śniadanie    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )   | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica z Majerankiem, drobiowia z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Gruszka 1szt. 150 g | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt |
|                   | II ŚN        | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml   | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  |   | Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |   |
|                   | Obiad        | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                | Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> )<br>Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ</u> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |
|                   | PD           | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml   | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml   |   | Dren II () 250 ml  |   |   |
|                   | Kolacja      | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml   | Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Sałata 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: 2448.50 kcal; B: 88.27 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 415.91 g; W tym cukry: 90.35 g; Bł.: 27.94 g; Sól: 10.53 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: 2227.40 kcal; B: 98.80 g; T: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; W: 320.82 g; W tym cukry: 82.81 g; Bł.: 30.29 g; Sól: 9.14 g;  | E: 2345.40 kcal; B: 99.20 g; T: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; W: 354.64 g; W tym cukry: 106.16 g; Bł.: 31.69 g; Sól: 8.76 g;   |

|                  | BIAL- Płynna   | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |  |
|------------------|--|--|---|--|--|---|--|
| 2024-02-14 środa | Śniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )      | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka () 100 g ( <u>RYB, MLE</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt |
|                  | II ŚN  | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml  | Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )  |  | Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |  |
|                  | Obiad  | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                      | Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Dyńia duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml           | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |
|                  | PD   | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml   |  | Dren II () 250 ml  |   |  |
|                  | Kolacja  | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml      | Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml         | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                       |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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: 2791.68 kcal; B: 108.99 g; T: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; W: 467.20 g; W tym cukry: 119.74 g; Bł.: 29.80 g; Sól: 8.53 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: 2424.37 kcal; B: 73.78 g; T: 63.84 g; Kw. tł. nasy.: 28.20 g; W: 406.58 g; W tym cukry: 91.16 g; Bł.: 28.26 g; Sól: 7.72 g; | E: 2276.65 kcal; B: 68.03 g; T: 46.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; W: 411.11 g; W tym cukry: 93.86 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 6.22 g;  |  |

|                     | BIAL- Płynna | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona   | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |  |
|---------------------|--------------|---|---|--|--|---|--|
| 2024-02-15 czwartek | Sniadanie    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> ) | Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )         | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt |
|                     | II ŚN        | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  |  | Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |  |
|                     | Obiad        | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                 | Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos boloński z mięsa wp () 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |
|                     | PD           | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt   |  | Dren II () 250 ml  |   |  |
|                     | Kolacja      | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 55 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                 |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>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: 2720.95 kcal; B: 98.29 g; T: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; W: 453.70 g; W tym cukry: 111.94 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 10.58 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: 2365.26 kcal; B: 92.58 g; T: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; W: 354.90 g; W tym cukry: 81.05 g; Bł.: 30.81 g; Sól: 7.87 g;  | E: 2222.71 kcal; B: 93.90 g; T: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 335.88 g; W tym cukry: 78.94 g; Bł.: 28.55 g; Sól: 8.06 g;   |

|                   | BIAL- Płynna   | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana  | BIAL- MSWiA Podstawowa  | BIAL- MSWiA Łatwo strawna  |  |
|-------------------|--|--|---|---|---|--|--|
| 2024-02-16 piątek | Sniadanie  | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )       | Zacierka na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z białek z natką pietruszki 70 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Papryka świeża 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Banan 1szt. 1 szt |
|                   | II ŚN  | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml   | 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> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                    | Krupnik jęczmienny () 350 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ,<br><u>może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u> )<br>Warzywa po grecku () 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml   | Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g<br>Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |
|                   | PD   | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml   | Chrupki kukurydziane 20 g   |   | Dren II () 250 ml   |  |  |
|                   | Kolejca  | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml       | Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml                      | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c (tylko USK i UDK) 200 ml                     |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>Suchary b/c (tylko USK) 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko UDSK) 1 szt  | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt<br>Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |  |
|                   | 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: 2476.24 kcal; B: 97.99 g; T: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; W: 411.17 g; W tym cukry: 66.82 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 7.91 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: 2481.69 kcal; B: 86.69 g; T: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; W: 378.80 g; W tym cukry: 110.39 g; Bł.: 31.17 g; Sól: 7.25 g; | E: 2312.46 kcal; B: 84.34 g; T: 53.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.27 g; W: 388.44 g; W tym cukry: 120.75 g; Bł.: 31.12 g; Sól: 6.68 g;  |  |

|                   | BIAL- Płynna  | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona  | BIAL- Kleikowa  | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana   | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna  |  |
|-------------------|---|--|---|--|--|--|--|
| 2024-02-17 sobota | Śniadanie   | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )      | Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU, OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> ) | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml   | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por          | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por |
|                   | II ŚN   | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  |  | Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |  |  |
|                   | Obiad   | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                    | Koperkowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Buraczki gotowane () 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Bigos 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |
|                   | PD  | Kisiel o smaku wiśniowym 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> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml      | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u> )<br>Sałatka z makaronu- dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u> )<br>Sałatka z makaronu- dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml                     |   | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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: 747.32 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Bł.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | E: 2537.24 kcal; B: 95.30 g; T: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; W: 438.34 g; W tym cukry: 92.36 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 9.39 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: 2376.13 kcal; B: 81.84 g; T: 75.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; W: 361.50 g; W tym cukry: 90.39 g; Bł.: 35.48 g; Sól: 9.15 g; | E: 2316.83 kcal; B: 93.65 g; T: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; W: 370.98 g; W tym cukry: 90.87 g; Bł.: 33.09 g; Sól: 7.36 g;   |  |

|                      | BIAL- Płynna | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona   | BIAL- Kleikowa   | BIAL- Płynna wzmocniona (dren)/miksowana  | BIAL- MSWiA Podstawowa   | BIAL- MSWiA Łatwo strawna   |   |
|----------------------|--------------|---|--|---|--|---|---|
| 2024-02-18 niedziela | Sniadanie    | Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml<br>Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )    | Kasza jęczmienna na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek z ziołami 70 g ( <u>MLE</u> )<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )              | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml  | Dren I () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Mandarynka 1 szt |
|                      | II ŚN        | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  |   | Dren I () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )   |   |   |
|                      | Obiad        | Bulion drobiowo-warzywny () 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                 | Dyniowa z zacierką () 350 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 120 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | Dren II () 350 ml  | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Kotlet schabowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Fasolka szparagowa z wodą* 100 g<br>Surówka wielowarzynowa z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |
|                      | PD           | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml  | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml  |   | Dren II () 250 ml  |   |   |
|                      | Kolacja      | Bulion warzywny () 250 ml ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml<br>Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml    | Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kleik ryżowy na wodzie 300 g<br>Suchary b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>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> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>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<br>Kisiel o smaku truskawkowym b/c (tylko USK i UDSK) 200 ml               |  | Woda mineralna n/g 0,5l (tylko USK) 1 szt<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodk.wody w ost.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  |   |
|                      |              | E: 747.32 kcal; B: 12.39 g; T: 6.51 g; Kw. tł. nasy.: 1.80 g; W: 163.12 g; W tym cukry: 117.99 g; Bt.: 6.26 g; Sól: 1.25 g; | E: 2379.18 kcal; B: 105.33 g; T: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 397.89 g; W tym cukry: 87.21 g; Bt.: 27.57 g; Sól: 8.70 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; Bt.: 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; Bt.: 17.83 g; Sól: 1.12 g; | E: 2303.06 kcal; B: 90.77 g; T: 65.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.97 g; W: 351.18 g; W tym cukry: 94.10 g; Bt.: 33.62 g; Sól: 7.50 g;  | E: 2131.85 kcal; B: 99.85 g; T: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; W: 329.14 g; W tym cukry: 89.23 g; Bt.: 29.27 g; Sól: 7.96 g;  |

|                         | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatoresztkowa  |   |
|-------------------------|--|--|--|--|---|--|---|
| 2024-02-05 poniedziałek | Śniadanie  | <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)<br/>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>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>)<br/>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>)<br/>Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> | <p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)<br/>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>)<br/>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>)<br/>Sałatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> | <p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)<br/>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)<br/>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>)<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>   | <p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>)<br/>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>)<br/>Sałata z brokułu i pomidora BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p> | <p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW.</u>)<br/>Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>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>)<br/>Sałata z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> | <p>Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>)<br/>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>)<br/>Sałata z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p> |
|                         | II ŚN  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br/>Sałata zielona 10 g</p>   | <p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 200 ml</p>   | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml</p>   | <p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br/>Sałata zielona 10 g</p>  | <p>Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml</p>   | <p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br/>Sałata zielona 10 g</p>  |
|                         | Obiad  | <p>Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br/>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)<br/>Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)<br/>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>   | <p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br/>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)<br/>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>   | <p>Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br/>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)<br/>Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)<br/>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g<br/>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p> | <p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>)<br/>Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ.</u>)<br/>Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Jabłko 1 szt 1 szt<br/>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>  | <p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br/>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)<br/>Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)<br/>Surówka z marchwi z olejem () 100 g<br/>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>  | <p>Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>)<br/>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br/>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)<br/>Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)<br/>Surówka z marchwi z olejem () 100 g<br/>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>)<br/>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>   |
|                         | PD   | Banan 1szt. 1 szt  |  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  | Mandarynka 1 szt  | Banan 1szt. 1 szt  |   |
|                         | Kolacja  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Pomidor 70 g<br/>Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>  | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br/>Pomidor b/skórki 70 g<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>  | <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)<br/>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)<br/>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>   | <p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br/>Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pomidor 70 g<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)<br/>Pomidor 70 g</p>  | <p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)<br/>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Pomidor 70 g<br/>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>  | <p>Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>)<br/>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br/>Sałata zielona 10 g<br/>Pomidor 70 g<br/>Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)</p>  |
|                         | PN   | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br/>Sałata zielona 10 g</p>   | <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g</p>  | <p>Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)<br/>Szynka wieprzowa gotowana 40 g</p>   | <p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br/>Sałata zielona 10 g</p>  | <p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>  | <p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)<br/>Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>)<br/>Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>)<br/>Sałata zielona 10 g</p>   |
|                         | E: 2752.40 kcal; B: 122.33 g; T: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; W: 408.43 g; W tym cukry: 112.37 g; Bł.: 38.56 g; Sól: 9.18 g; | E: 2629.86 kcal; B: 103.60 g; T: 69.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; W: 415.24 g; W tym cukry: 137.11 g; Bł.: 37.52 g; Sól: 7.75 g;   | E: 2026.08 kcal; B: 78.82 g; T: 48.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.91 g; W: 332.92 g; W tym cukry: 97.06 g; Bł.: 34.14 g; Sól: 5.39 g;  | E: 2219.59 kcal; B: 110.09 g; T: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; W: 301.83 g; W tym cukry: 48.23 g; Bł.: 36.11 g; Sól: 7.56 g;  | E: 1902.62 kcal; B: 38.27 g; T: 30.30 g; Kw. tł. nasy.: 14.12 g; W: 385.79 g; W tym cukry: 123.25 g; Bł.: 23.45 g; Sól: 3.74 g;   | E: 2339.45 kcal; B: 102.45 g; T: 66.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; W: 352.42 g; W tym cukry: 95.81 g; Bł.: 36.69 g; Sól: 6.65 g;  |   |

|                   | BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa  | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowa, żółdkowa)  | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa   |   |
|-------------------|---|--|---|--|---|--|---|
| 2024-02-06 wtorek | Śniadanie   | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pasta z brokuła* 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml    | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pasta z brokuła* 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml      | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR</u> )<br>Pasta z brokuła* 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g<br>Pomidor 50 g  | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml   |   |
|                   | Obiad   | Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml         | Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 40 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml<br>Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> )  | Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>Dyńia duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|                   | PD  | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt   |  | Gruszka 1szt. 150 g   | Jabłko 1 szt 1 szt   | Gruszka 1szt. 150 g   |
|                   | Kolejca   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Papryka świeża 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 40 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>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: 2203.96 kcal; B: 101.76 g; T: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; W: 292.88 g; W tym cukry: 40.07 g; Bł.: 33.08 g; Sól: 10.21 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 (wątrobowo-żółdkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa   |
|--|---|--|--|---|---|--|
| Sniadanie  | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                                 | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml<br>Sałata zielona 10 g | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| II ŚN  | Koktajl bananowo-dyiniowy 200 ml ( <b>MLE</b> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt   | Banan 1szt. 1 szt  |  | Jabłko 1 szt 1 szt  | Banan 1szt. 1 szt   |  |
| 2024-02-07 środa   | Obiad   |  |  |   |   |  |
|  | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |  | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml       |   | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Sałatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                                  |  |
|  | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )   |  | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml  |   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )   |  |
| Kolejca  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL</b> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml                               | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )  |
|  | PN  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek a'la homogenizowany 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 40 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  |
| <p>E: 2448.64 kcal; B: 112.39 g; T: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; W: 364.98 g; W tym cukry: 111.65 g; Bł.: 31.60 g; Sól: 9.88 g;</p> <p>E: 2477.84 kcal; B: 97.62 g; T: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.57 g; W: 401.42 g; W tym cukry: 140.06 g; Bł.: 29.68 g; Sól: 9.02 g;</p> <p>E: 1973.93 kcal; B: 82.98 g; T: 34.95 g; Kw. tł. nasy.: 8.51 g; W: 341.11 g; W tym cukry: 116.45 g; Bł.: 25.67 g; Sól: 4.59 g;</p> <p>E: 2068.25 kcal; B: 90.96 g; T: 65.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; W: 291.88 g; W tym cukry: 42.14 g; Bł.: 28.75 g; Sól: 10.80 g;</p> <p>E: 1908.17 kcal; B: 53.25 g; T: 36.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.69 g; W: 353.98 g; W tym cukry: 136.72 g; Bł.: 27.22 g; Sól: 5.49 g;</p> <p>E: 2442.68 kcal; B: 99.33 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; W: 373.60 g; W tym cukry: 105.70 g; Bł.: 29.64 g; Sól: 10.28 g;</p> |   |  |  |   |   |  |

|                              | BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa  | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowo, żółdkowa)  | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa   |
|------------------------------|---|--|---|--|---|--|
| Śniadanie                    | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Sufllet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml  | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml  |
| II ŚN                        | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>Pomidor 50 g   | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>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> )<br>Pomidor 50 g   |
| 2024-02-08 czwartek<br>Obiad | Ziemiaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Ziemiaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                   | Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Ziemiaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Risotto vegetariańskie* 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Ziemiaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 200 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g<br>Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <u>SEL</u> )<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                    | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pasta z twarogu i cebuli 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Rolada z łopatkii wieprzowej 40 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: 2229.38 kcal; B: 92.69 g; T: 73.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; W: 312.26 g; W tym cukry: 48.17 g; Bł.: 39.45 g; Sól: 8.38 g;   | E: 1644.38 kcal; B: 42.61 g; T: 41.66 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; W: 285.23 g; W tym cukry: 73.55 g; Bł.: 28.24 g; Sól: 4.52 g;  | E: 2210.29 kcal; B: 90.53 g; T: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; W: 319.79 g; W tym cukry: 51.56 g; Bł.: 42.64 g; Sól: 7.34 g;   |

|                   | BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowo, żółdkowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa   | BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa   |   |
|-------------------|----------------------------|---|--|---|--|--|---|
| 2024-02-09 piątek | Śniadanie                  | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ryba faszerowana (miruna) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z białek 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Pasta z białek 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml        | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |
|                   | II ŚN                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Galaretko o smaku brzoskwinowym 200 g  |   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Galaretko o smaku brzoskwinowym 200 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g   |
|                   | Obiad                      | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba gotowana (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                 | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 40 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy (bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> )<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )   | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywna z udzka kurczaka* 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )                            | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> )<br>Salata 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 (wątrobowa, żółdkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa   | BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa  |   |
|-------------------|--|---|--|--|--|---|---|
| 2024-02-10 sobota | Śniadanie  | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ),<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ),<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ),<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g, 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
|                   | II SN  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml  |  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml   |   |
| Obiad             | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Buraczki gotowane z olejem b/c () 100 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ),<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>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>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> ),<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )  | Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g ( <u>SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) | Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u> )<br>Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor b/skórki 50 g   | Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 40 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Pomidor 50 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ),<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 50 g   |   |
|                   | E: 2660.40 kcal; B: 133.22 g; T: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; W: 379.74 g; W tym cukry: 97.45 g; Bł.: 36.25 g; Sól: 9.21 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: 2571.88 kcal; B: 127.89 g; T: 95.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.27 g; W: 322.65 g; W tym cukry: 44.35 g; Bł.: 37.50 g; Sól: 10.47 g;   | E: 2291.49 kcal; B: 81.38 g; T: 49.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; W: 396.87 g; W tym cukry: 112.41 g; Bł.: 33.12 g; Sól: 6.17 g;  | E: 2379.25 kcal; B: 105.84 g; T: 80.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; W: 328.90 g; W tym cukry: 80.69 g; Bł.: 33.06 g; Sól: 8.80 g;   |   |

|                      | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatoresztkowa  |   |
|----------------------|---|---|--|---|---|--|---|
| 2024-02-11 niedziela | Śniadanie   | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g<br>Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Galaretk drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>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> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 40 g<br>Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw () 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>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  |
|                      | Kolejca   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>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> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Suflęt mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml              | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 15 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   |
|                      | E: 2494.72 kcal; B: 134.02 g; T: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; W: 324.57 g; W tym cukry: 79.86 g; Bł.: 23.30 g; Sól: 9.03 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: 2195.43 kcal; B: 123.31 g; T: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; W: 273.72 g; W tym cukry: 46.85 g; Bł.: 27.08 g; Sól: 8.14 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;  |   |

|           | BIAŁ- MSWiA Bogotobiałkowa   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa  |
|-----------|--|--|---|---|---|---|
| Śniadanie | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Rolada z łopatkı wieprzowej 60 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml     | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |
| II ŚN     | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por   | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt   | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt   | Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por   |   |
| Obiad     | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |  | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                              | Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL,</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml           | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 100 g<br>Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| PD        | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml   |   | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  |   |
| Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL,</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL,</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )  | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL,</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g ( <u>SEL,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                                  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  |  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Rolada z łopatkı wieprzowej 40 g  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 20 g   | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |
|           | E: 2735.07 kcal; B: 123.56 g; T: 80.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.09 g; W: 395.05 g; W tym cukry: 109.45 g; Bł.: 28.20 g; Sól: 9.37 g;   | E: 2646.29 kcal; B: 96.50 g; T: 70.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; W: 424.41 g; W tym cukry: 134.77 g; Bł.: 28.31 g; Sól: 8.19 g;  | E: 2129.29 kcal; B: 83.53 g; T: 43.50 g; Kw. tł. nasy.: 9.98 g; W: 361.86 g; W tym cukry: 108.60 g; Bł.: 29.37 g; Sól: 4.75 g;  | E: 2432.39 kcal; B: 115.59 g; T: 79.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; W: 333.22 g; W tym cukry: 66.15 g; Bł.: 31.02 g; Sól: 9.37 g;   | E: 1825.25 kcal; B: 49.49 g; T: 41.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 326.10 g; W tym cukry: 99.87 g; Bł.: 28.40 g; Sól: 3.92 g;  | E: 2228.31 kcal; B: 82.03 g; T: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; W: 350.28 g; W tym cukry: 101.10 g; Bł.: 30.16 g; Sól: 7.40 g;   |

|                   | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowo, żółdkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa   | BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa   |   |
|-------------------|----------------------------|---|--|--|--|--|---|
| 2024-02-13 wtorek | Śniadanie                  | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Pasta z brokuła * 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )<br>Suflęt mięsno-jarzynowy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Pasta z brokuła * 50 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml           | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pasta z brokuła * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |
|                   | II SN                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml  | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml  | Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml  |   |
|                   | Obiad                      | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Ryżowa () 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <b>SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                             | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> )<br>Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                      | Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                           | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )<br>Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR.</b> )<br>Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|                   | PD                         | Maślanka truskawkowa 200 ml ( <b>MLE.</b> )<br>Banan 1szt. 1 szt  | Banan 1szt. 1 szt  |  | Gruszka 1szt. 150 g  | Banan 1szt. 1 szt  |   |
|                   | Kolacja                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 30 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )  | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )<br>Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g ( <b>SEL.</b> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml        | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Twarożek z ziołami 50 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 15 g<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 30 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> )                       |
|                   | PN                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )<br>Rolada z łopatki wieprzowej 40 g   | Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Salata zielona 20 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 0,5 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> )<br>Salata zielona 10 g   |
|                   |                            | E: 2735.62 kcal; B: 122.07 g; T: 78.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; W: 398.56 g; W tym cukry: 107.91 g; Bł.: 33.54 g; Sól: 10.35 g;   | E: 2443.65 kcal; B: 94.84 g; T: 60.50 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; W: 393.76 g; W tym cukry: 131.54 g; Bł.: 32.00 g; Sól: 9.24 g;  | E: 1974.44 kcal; B: 76.20 g; T: 41.62 g; Kw. tł. nasy.: 8.85 g; W: 335.92 g; W tym cukry: 103.84 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 5.07 g;   | E: 2219.54 kcal; B: 108.10 g; T: 73.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.23 g; W: 296.09 g; W tym cukry: 45.47 g; Bł.: 31.42 g; Sól: 9.87 g;  | E: 1951.85 kcal; B: 50.30 g; T: 46.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.73 g; W: 350.14 g; W tym cukry: 123.80 g; Bł.: 31.99 g; Sól: 5.35 g;  | E: 2384.93 kcal; B: 95.24 g; T: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; W: 373.98 g; W tym cukry: 122.34 g; Bł.: 30.58 g; Sól: 7.95 g;   |

|                  | BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)  | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAL- MSWiA Bogatoreszkowa  |  |
|------------------|----------------------------|--|--|---|---|---|--|
| 2024-02-14 środa | Śniadanie                  | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml        | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |
|                  | II ŚN                      | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Jabiko pieczone 1szt. 1 szt  |   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g  | Mandarynka 1 szt  |  |
|                  | Obiad                      | Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabiko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                        | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Dyńia duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                   | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml            | Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Salatka szwedzka () 100 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|                  | PD                         | Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Mandarynka 1 szt  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml  |   | Mandarynka 1 szt  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml   |  |
|                  | Kolejca                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>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> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 60 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )  |
|                  | PN                         | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la fromage z ziołami 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g   | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la fromage z ziołami 30 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g   | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   |  |
|                  |                            | E: 2490.54 kcal; B: 79.86 g; T: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; W: 438.63 g; W tym cukry: 104.13 g; Bł.: 28.67 g; Sól: 7.05 g;  | E: 2407.19 kcal; B: 87.02 g; T: 56.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 396.94 g; W tym cukry: 116.20 g; Bł.: 32.04 g; Sól: 6.19 g;  | E: 2082.61 kcal; B: 80.27 g; T: 45.66 g; Kw. tł. nasy.: 8.14 g; W: 345.77 g; W tym cukry: 99.80 g; Bł.: 31.07 g; Sól: 4.84 g;   | E: 2165.89 kcal; B: 90.58 g; T: 56.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.55 g; W: 341.26 g; W tym cukry: 44.31 g; Bł.: 36.95 g; Sól: 9.39 g;  | E: 1785.19 kcal; B: 48.68 g; T: 34.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; W: 328.65 g; W tym cukry: 104.01 g; Bł.: 32.19 g; Sól: 4.00 g;   | E: 2137.69 kcal; B: 79.43 g; T: 45.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.51 g; W: 369.05 g; W tym cukry: 103.72 g; Bł.: 36.69 g; Sól: 6.63 g;  |



|           | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowa, żółdkowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa  |
|-----------|--|--|--|--|---|---|
| Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Sałatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |
| II ŚN     | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml   |  | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   |
| Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Klopsik wieprzowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )<br>Sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <u>SEL</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron z warzywami* 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml               |
| PD        | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt  | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  |  | Jabłko 1 szt 1 szt   |   |   |
| Kolacja   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )  | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> )  | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 40 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Wafle ryżowe 30 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Sałata zielona 10 g   |
|           | E: 2693.67 kcal; B: 114.61 g; T: 85.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.80 g; W: 385.14 g; W tym cukry: 81.21 g; Bł.: 31.94 g; Sól: 9.76 g;  | E: 2513.16 kcal; B: 95.22 g; T: 70.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.47 g; W: 393.19 g; W tym cukry: 111.04 g; Bł.: 29.36 g; Sól: 8.06 g;  | E: 2067.47 kcal; B: 83.09 g; T: 45.01 g; Kw. tł. nasy.: 8.50 g; W: 342.19 g; W tym cukry: 93.87 g; Bł.: 26.74 g; Sól: 4.54 g;  | E: 2135.82 kcal; B: 92.49 g; T: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; W: 290.83 g; W tym cukry: 42.26 g; Bł.: 34.07 g; Sól: 8.51 g;   | E: 1617.56 kcal; B: 41.22 g; T: 28.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; W: 312.65 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 4.21 g;  | E: 2287.53 kcal; B: 87.58 g; T: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.20 g; W: 337.70 g; W tym cukry: 71.44 g; Bł.: 37.48 g; Sól: 7.68 g;  |

|           | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzustkowa)   | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa  | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa   |
|-----------|---|--|--|---|---|--|
| Śniadanie | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z białek z koperkiem 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Papryka świeża 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                                       | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> )<br>Papryka świeża 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |
| II SN     | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Banan 1szt. 1 szt  |  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Banan 1szt. 1 szt   |  |
| Obiad     | Krupnik jęczmienny ( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</u> )<br>Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Krupnik jęczmienny ( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</u> )<br>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</u> )<br>Marchew gotowana z olejem ( ) 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny ( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 100 g<br>Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Krupnik jęczmienny (bez mleka) ( ) 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</u> )<br>Warzywa po grecku ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny ( ) 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem ( ) 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK,</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g<br>Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| PD        | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> )<br>Banan 1szt. 1 szt   | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g<br>Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g   |  | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <u>MLE,</u> )  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml<br>Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g  |  |
| Kolejca   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )   | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )          | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL,</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )   |
| PN        | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt<br>Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )   | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )   | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> )<br>Schab gotowany 40 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> )<br>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> )<br>Ogórek kiszony 50 g  | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   |  |
|           | E: 2627.29 kcal; B: 117.39 g; T: 62.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.37 g; W: 413.42 g; W tym cukry: 115.21 g; Bł.: 32.75 g; Sól: 9.69 g;  | E: 2581.66 kcal; B: 94.13 g; T: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.04 g; W: 440.31 g; W tym cukry: 119.77 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 6.45 g;  | E: 2185.83 kcal; B: 94.25 g; T: 34.84 g; Kw. tł. nasy.: 6.62 g; W: 385.24 g; W tym cukry: 93.66 g; Bł.: 31.02 g; Sól: 5.12 g;  | E: 2218.33 kcal; B: 100.78 g; T: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; W: 296.00 g; W tym cukry: 36.36 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 8.49 g;   | E: 1915.55 kcal; B: 51.61 g; T: 37.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.70 g; W: 356.62 g; W tym cukry: 131.37 g; Bł.: 28.77 g; Sól: 4.44 g;   | E: 2245.45 kcal; B: 82.09 g; T: 50.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.38 g; W: 379.91 g; W tym cukry: 98.95 g; Bł.: 30.38 g; Sól: 5.80 g;   |

|   | BIAL- MSWiA Bogatobialkowa   | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wątrobowa, żółdkowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. tłuszczu (truskowa)   | BIAL- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów  | BIAL- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa   | BIAL- MSWiA Bogatobiałkowa   |   |
|---|--|---|--|---|--|--|---|
| 2024-02-17 sobota   | Śniadanie  | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor b/skórki 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW, OW.</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Galaretki drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml     | Platki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW, OW.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 15 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml                                 |
|   | II ŚN  | Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  | Jabiko pieczone 1szt. 1 szt  |   |  | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  |   |
| Obiad   | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Klopsik drobiowy z udźca 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata z buraczków i jabłka z olejem () 100 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml   | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Klopsik drobiowy z udźca 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, PSZ, SEL.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Klopsik drobiowy z udźca 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, PSZ, SEL.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|   | PD   | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )   |  | Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml   | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )  |   |
| Kolejca   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata z makaronu -dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )  | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałata z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |   |
|   | PN   | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   | Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )   | Chleb tostowy pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 40 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g<br>Pomidor 50 g   | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt  |   |
| <p>E: 2651.16 kcal; B: 114.39 g; T: 66.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; W: 417.08 g; W tym cukry: 126.34 g; Bł.: 33.99 g; Sól: 8.50 g;</p> <p>E: 2491.77 kcal; B: 93.89 g; T: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; W: 407.39 g; W tym cukry: 119.11 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 6.79 g;</p> <p>E: 2129.35 kcal; B: 83.42 g; T: 50.01 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; W: 345.57 g; W tym cukry: 101.85 g; Bł.: 26.45 g; Sól: 4.46 g;</p> <p>E: 2389.95 kcal; B: 100.10 g; T: 77.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; W: 340.07 g; W tym cukry: 66.87 g; Bł.: 37.02 g; Sól: 8.15 g;</p> <p>E: 1798.16 kcal; B: 47.25 g; T: 34.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.69 g; W: 336.72 g; W tym cukry: 111.14 g; Bł.: 28.37 g; Sól: 3.73 g;</p> <p>E: 2303.34 kcal; B: 90.80 g; T: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.78 g; W: 353.63 g; W tym cukry: 92.81 g; Bł.: 37.66 g; Sól: 6.21 g;</p> |  |   |  |   |  |  |   |

|                      | BIAŁ- MSWiA Bogatobiałkowa | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (wętrobowo, żółdkowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. tłuszczu (trzuskowa)  | BIAŁ- MSWiA Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów   | BIAŁ- MSWiA Niskobiałkowa/mocznicowa   | BIAŁ- MSWiA Bogatoreszkowa  |   |
|----------------------|----------------------------|--|--|--|--|---|---|
| 2024-02-18 niedziela | Śniadanie                  | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml      | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Suflęt mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml  | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                             |
|                      | II ŚN                      | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt  |  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Mandarynka 1 szt  |   |
|                      | Obiad                      | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 40 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|                      | PD                         | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )  | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g  |  | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )  | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g   |   |
|                      | Kolacja                    | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędliną wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 1szt. 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )  | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Rolada z łopaty wieprzowej 50 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędliną wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Schab Ojca Grzegorza-wędliną wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb tostowy pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 40 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Wafle ryżowe 30 g<br>Dżem 25 g 1 szt  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel. wp. gr. rozd. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g   |
|                      |                            | E: 2475.58 kcal; B: 131.90 g; T: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; W: 345.80 g; W tym cukry: 87.51 g; Bł.: 28.55 g; Sól: 9.09 g;  | E: 2350.29 kcal; B: 99.33 g; T: 54.86 g; Kw. tł. nasy.: 24.94 g; W: 378.44 g; W tym cukry: 103.55 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 8.05 g;  | E: 1891.96 kcal; B: 87.93 g; T: 37.06 g; Kw. tł. nasy.: 8.28 g; W: 312.78 g; W tym cukry: 71.80 g; Bł.: 30.73 g; Sól: 4.77 g;  | E: 2115.10 kcal; B: 121.66 g; T: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; W: 276.18 g; W tym cukry: 35.84 g; Bł.: 27.67 g; Sól: 9.39 g;  | E: 1747.77 kcal; B: 54.48 g; T: 30.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; W: 326.49 g; W tym cukry: 86.03 g; Bł.: 27.82 g; Sól: 3.86 g;  | E: 2087.01 kcal; B: 94.08 g; T: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; W: 333.27 g; W tym cukry: 82.54 g; Bł.: 31.04 g; Sól: 6.52 g;  |

|                         | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna  | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska  | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki   | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa  |  |
|-------------------------|--|--|--|---|---|--|--|
| 2024-02-05 poniedziałek | Śniadanie  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Paprykarz ryбно(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz ryбно(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paprykarz ryбно(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Paprykarz ryбно(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g<br>Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> )   | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Paprykarz ryбно(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Salatka z brokułu i pomidora - dieta BBCCO 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                         | II ŚN  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g   |
|                         | Obiad  | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 100 g<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy *(bez glutenu) 50 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |  | Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                                       |
|                         | PD   | Mandarynka 1 szt   | Banan 1szt. 1 szt  |   |   | Banan 1szt. 1 szt  |  |
| PN                      | Kolacja  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )  | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |  |
|                         |  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g  |  |
|                         | E: 1604.80 kcal; B: 82.57 g; T: 44.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.11 g; W: 232.91 g; W tym cukry: 44.54 g; Bł.: 31.01 g; Sól: 5.65 g; | E: 2383.02 kcal; B: 81.09 g; T: 69.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; W: 370.62 g; W tym cukry: 119.06 g; Bł.: 30.50 g; Sól: 4.77 g;  | E: 2437.82 kcal; B: 64.20 g; T: 45.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.26 g; W: 460.05 g; W tym cukry: 146.30 g; Bł.: 25.76 g; Sól: 6.02 g;  | E: 2339.20 kcal; B: 88.92 g; T: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.28 g; W: 392.84 g; W tym cukry: 121.65 g; Bł.: 36.71 g; Sól: 8.92 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: 2360.84 kcal; B: 94.80 g; T: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 19.81 g; W: 377.45 g; W tym cukry: 104.74 g; Bł.: 38.98 g; Sól: 6.74 g;  |  |

|                   | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna   | BIAL- MSWiA Bezglutenowa  | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki  | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa  |   |
|-------------------|---|---|---|---|--|--|---|
| 2024-02-06 wtorek | Śniadanie   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml<br>Pasta z brokula * 50 g  | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pasta z brokula * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z soczewicy czerwonej 50 g<br>Pasta z brokula * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pasta z brokula * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 10 g | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pasta z brokula * 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>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> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Solferino (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Makaron bezglutenowy 180 g<br>Bitka z szynki wieprzowej (b/glutenu) 90 g<br>Sos własny (bez glutenu) 50 ml<br>Dyńa z wody 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Gulasz warzywny z ciecierzycą * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Solferino (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml<br>Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )  |  | Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bitka z szynki wieprzowej 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g<br>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> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )  | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |
|                   | PN  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g  |  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata 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: 2229.76 kcal; B: 77.93 g; T: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; W: 333.95 g; W tym cukry: 94.72 g; Bł.: 20.72 g; Sól: 4.67 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: 2339.88 kcal; B: 97.46 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; W: 367.44 g; W tym cukry: 94.75 g; Bł.: 27.80 g; Sól: 7.99 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   |   |
|------------------|--|---|--|--|--|---|---|
| 2024-02-07 środa | Śniadanie  | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb żytni razowy 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 20 g  | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                  |  | II ŚN   | Banan 1szt. 1 szt  |  |  |   |   |
| Obiad            | Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g<br>Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <b>GOR</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <b>SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 90 g ( <b>JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <b>SEL</b> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                     | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Kotlety z brokula* 150 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml<br>Buraczki gotowane () 200 g   |  | Rosół z makaronem () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )<br>Salatka szwedzka () 100 g ( <b>GOR</b> )<br>Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |   |
|                  | PD   | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml   |  |  |  |   | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por ( <b>MLE</b> )   |
| Kolejca          | Chleb żytni razowy 65 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Suflet mięsno-jarzynowy () (bez glutenu) 50 g ( <b>JAJ, SEL</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser topiony 25g 2 szt ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml<br>Pomidor 70 g   |  | Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</b> )   |   |
|                  | PN   | Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Serek a'la homogenizowany 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Serek a'la homogenizowany 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> )<br>Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Salata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Serek a'la homogenizowany 20 g ( <b>MLE</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g   |   |
|                  | E: 1777.14 kcal; B: 81.08 g; T: 38.91 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; W: 286.31 g; W tym cukry: 75.83 g; Bł.: 25.21 g; Sól: 8.91 g;  | E: 2282.62 kcal; B: 74.37 g; T: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; W: 366.37 g; W tym cukry: 129.11 g; Bł.: 24.01 g; Sól: 4.06 g;   | E: 2990.60 kcal; B: 85.04 g; T: 99.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; W: 455.14 g; W tym cukry: 140.31 g; Bł.: 35.68 g; Sól: 8.38 g;  | E: 2274.44 kcal; B: 89.65 g; T: 46.20 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; W: 389.80 g; W tym cukry: 128.24 g; Bł.: 30.47 g; Sól: 9.72 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: 2286.87 kcal; B: 90.78 g; T: 56.05 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; W: 368.57 g; W tym cukry: 101.45 g; Bł.: 30.37 g; Sól: 10.11 g;  |   |

|                     | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna   | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska  | BIAL- MSWiA Bezmleczna   | BIAL- MSWiA Kanapki  | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |  |
|---------------------|---|--|--|--|--|---|--|
| 2024-02-08 czwartek | Śniadanie   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml             | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Salata zielona 20 g | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                     | II ŚN   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>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> )<br>Pomidor 50 g   | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  |  |  |   | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  |
| Obiad               | Ryż na sypko (brązowy) 200 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g<br>Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml                    | Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml             | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym* 100 g<br>Surówka z selera i marchwi z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |   |  |
| PD                  | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por   |  |  |  |  |   |  |
| Kolacja             | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml          | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                        | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g<br>Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )   |   |  |
| PN                  | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   |  |  |  |  |   |  |
|                     | E: 1662.48 kcal; B: 80.66 g; T: 45.90 g; Kw. tł. nasy.: 9.14 g; W: 241.00 g; W tym cukry: 46.72 g; Bł.: 36.62 g; Sól: 6.12 g;   | E: 2149.53 kcal; B: 76.87 g; T: 62.59 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 330.24 g; W tym cukry: 70.64 g; Bł.: 31.31 g; Sól: 4.32 g;   | E: 2302.61 kcal; B: 78.22 g; T: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; W: 351.75 g; W tym cukry: 77.73 g; Bł.: 32.84 g; Sól: 7.56 g;   | E: 2257.35 kcal; B: 79.09 g; T: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; W: 340.97 g; W tym cukry: 62.46 g; Bł.: 32.55 g; Sól: 8.87 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: 2202.38 kcal; B: 86.82 g; T: 58.50 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; W: 346.57 g; W tym cukry: 77.16 g; Bł.: 37.49 g; Sól: 7.78 g;  |  |



|                   | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna   | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska  | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki  | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |   |
|-------------------|---|--|--|---|--|---|---|
| 2024-02-09 piątek | Sniadanie   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g              | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Sałata zielona 20 g | Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pasta z białek 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                   | II ŚN   | Galaretką o smaku brzoskwinowym 200 g  |  |   |  |   | Galaretką o smaku brzoskwinowym 200 g   |
|                   | Obiad   | Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml   | Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |   | Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sos cytrynowy 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g<br>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> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  |   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata 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  |   |
|-------------------|--|---|---|--|---|--|---|
| 2024-02-10 sobota | Sniadanie  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml  | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g  | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>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> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 230 g<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml<br>Jabłko 1 szt 1 szt  | Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> )<br>Gulasz wieprzowy 230 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Buraczki po francusku z olejem () 100 g<br>Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |   |
|                   | PD   | Mandarynka 1 szt  |   |  |   |  | Mandarynka 1 szt  |
|                   | Kolejca  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> )<br>Surówka z marchwi b/c () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u> )<br>Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g<br>Pomidor 50 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g  |   |
|                   | E: 1842.78 kcal; B: 95.48 g; T: 62.36 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; W: 240.97 g; W tym cukry: 58.08 g; Bł.: 24.54 g; Sól: 7.80 g; | E: 2443.65 kcal; B: 95.12 g; T: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; W: 370.09 g; W tym cukry: 109.05 g; Bł.: 26.14 g; Sól: 3.82 g;   | E: 2901.65 kcal; B: 108.80 g; T: 80.80 g; Kw. tł. nasy.: 37.62 g; W: 441.90 g; W tym cukry: 124.65 g; Bł.: 36.00 g; Sól: 7.17 g;  | E: 2378.51 kcal; B: 115.55 g; T: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; W: 367.16 g; W tym cukry: 100.51 g; Bł.: 32.05 g; Sól: 8.50 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: 2456.24 kcal; B: 112.20 g; T: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; W: 376.54 g; W tym cukry: 109.76 g; Bł.: 36.24 g; Sól: 8.27 g;   |   |

|                      | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna  | BIAL- MSWiA Bezglutenowa  | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki   | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |  |
|----------------------|--|---|---|---|---|---|--|
| 2024-02-11 niedziela | Śniadanie  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Paszet z fasoli () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g  | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Galaretką drobiową z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
|                      | II SN  | Jabłko 1 szt 1 szt  |   |   |   |   | Jabłko 1 szt 1 szt   |
|                      | Obiad  | Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Kotlety sojowe 90 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Surówka Coleslaw () 200 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |   | Grysikowa () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g<br>Sos koperkowy * 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>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> )   |  |
|                      | Kolejca  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>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> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>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> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata 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: 2180.75 kcal; B: 93.95 g; T: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; W: 292.17 g; W tym cukry: 60.58 g; Bł.: 15.80 g; Sól: 5.65 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: 2225.28 kcal; B: 104.42 g; T: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 332.64 g; W tym cukry: 83.54 g; Bł.: 23.81 g; Sól: 9.64 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;   |  |

|                         | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna   | BIAL- MSWiA Bezglutenowa  | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki   | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |  |
|-------------------------|---|---|---|---|---|---|--|
| 2024-02-12 poniedziałek | Śniadanie   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml  | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml       | Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z fasoli 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Sałata zielona 20 g  | Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                         | II ŚN   | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por   |   |   |   |   | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  |
| Obiad                   | Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzynna z olejem b/c () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kolej z jaj 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml                   | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |   | Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Cukinia pieczona z olejem z koncentratem pomidorowym * 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |  |
| PD                      | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  |   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  |   |   | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml  |  |
| Kolacja                 | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )                     | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszet wegetariański () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |  |
|                         | E: 1625.83 kcal; B: 75.29 g; T: 41.22 g; Kw. tł. nasy.: 11.94 g; W: 256.26 g; W tym cukry: 56.69 g; Bł.: 25.92 g; Sól: 5.51 g;  | E: 2165.78 kcal; B: 66.09 g; T: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.80 g; W: 327.51 g; W tym cukry: 76.78 g; Bł.: 18.60 g; Sól: 3.70 g;  | E: 3228.30 kcal; B: 114.51 g; T: 121.11 g; Kw. tł. nasy.: 33.79 g; W: 432.29 g; W tym cukry: 113.47 g; Bł.: 37.67 g; Sól: 8.57 g;   | E: 2172.56 kcal; B: 76.90 g; T: 48.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 370.75 g; W tym cukry: 90.02 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 8.00 g;  | E: 464.00 kcal; B: 16.14 g; T: 22.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; W: 57.22 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 2.48 g;  | E: 2195.96 kcal; B: 85.09 g; T: 53.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; W: 365.79 g; W tym cukry: 88.46 g; Bł.: 31.13 g; Sól: 6.82 g;  |  |

|                   | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna  | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna   | BIAL- MSWiA Kanapki   | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |   |
|-------------------|--|--|---|--|---|---|---|
| 2024-02-13 wtorek | Śniadanie  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JEJCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z soczewicy czerwonej 50 g<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JEJCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Ogórek kiszony 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|                   | II ŚN  | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml  | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml   |  |   |   | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml   |
|                   | Obiad  | Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z serem* 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Marchew gotowana z olejem () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>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> )<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )   | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Pomidor 30 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 30 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |   |
|                   | E: 1687.18 kcal; B: 82.41 g; T: 43.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.34 g; W: 253.42 g; W tym cukry: 76.05 g; Bł.: 24.72 g; Sól: 6.71 g; | E: 2259.40 kcal; B: 66.53 g; T: 66.46 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; W: 357.61 g; W tym cukry: 112.82 g; Bł.: 24.45 g; Sól: 3.56 g;  | E: 2505.58 kcal; B: 88.86 g; T: 56.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.91 g; W: 417.43 g; W tym cukry: 138.31 g; Bł.: 29.05 g; Sól: 6.99 g;   | E: 2200.27 kcal; B: 86.45 g; T: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.51 g; W: 375.69 g; W tym cukry: 116.62 g; Bł.: 35.23 g; Sól: 8.71 g;  | E: 477.52 kcal; B: 15.46 g; T: 20.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 57.22 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 2.64 g;  | E: 2121.55 kcal; B: 88.21 g; T: 52.51 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; W: 338.50 g; W tym cukry: 105.65 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 8.63 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> )<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                             | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salatka z ryżu i tuńczyka- dieta () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> )<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Salatka z ryżu i tuńczyka () 100 g ( <u>RYB, MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| II ŚN     | Mandarynka 1 szt  |   |   |  |  | Mandarynka 1 szt  |
| Obiad     | Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Salatka szwedzka b/c () 100 g ( <u>GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB.</u> )<br>Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka () 200 g ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z truskawkami * 300 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |   |
| PD        | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml   | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml   |   |  | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml  |   |
| Kolejacja | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )   | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Rolada z łopatką wieprzowej 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta warzywna* 50 g ( <u>SEL.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) |   |
| PN        | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   |   |   |  |  | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt   |
|           | E: 1450.24 kcal; B: 68.92 g; T: 26.26 g; Kw. tł. nasy.: 8.22 g; W: 246.52 g; W tym cukry: 53.40 g; Bł.: 30.00 g; Sól: 5.20 g;   | E: 2142.35 kcal; B: 62.08 g; T: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; W: 372.17 g; W tym cukry: 97.74 g; Bł.: 35.63 g; Sól: 2.89 g;  | E: 2606.46 kcal; B: 72.14 g; T: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.35 g; W: 451.64 g; W tym cukry: 122.41 g; Bł.: 27.50 g; Sól: 7.11 g;   | E: 2244.77 kcal; B: 93.07 g; T: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 10.56 g; W: 381.39 g; W tym cukry: 96.96 g; Bł.: 44.05 g; Sól: 8.09 g;   | E: 494.01 kcal; B: 18.12 g; T: 20.78 g; Kw. tł. nasy.: 13.06 g; W: 59.92 g; W tym cukry: 2.78 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 1.64 g;   | E: 2113.67 kcal; B: 60.03 g; T: 35.50 g; Kw. tł. nasy.: 10.48 g; W: 405.69 g; W tym cukry: 105.27 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 5.00 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> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                          | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Schab gotowany 50 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Pomidor 70 g   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Salatka meksykańska z fasolą* 100 g ( <u>SEL</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| II ŚN     | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   |  |  | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml   | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  |   |
| Obiad     | Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> )<br>Makaron bezglutenowy 180 g<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego)(bez glutenu) 150 g ( <u>SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Gulasz sojowy z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 200 g ( <u>MLE</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> )<br>Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> )<br>Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> )<br>Brokuł gotowany* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |   |
| PD        | Jabłko 1 szt 1 szt  |  |  |  |  | Jabłko 1 szt 1 szt  |
| Kolacja   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )  | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>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> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g  | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> )<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g<br>Salata zielona 10 g   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Serek homo. naturalny 20 g ( <u>MLE</u> )<br>Salata zielona 10 g  |   |
|           | E: 1780.51 kcal; B: 77.95 g; T: 49.99 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; W: 269.04 g; W tym cukry: 68.79 g; Bł.: 31.04 g; Sól: 6.36 g;  | E: 2045.29 kcal; B: 74.87 g; T: 61.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; W: 305.15 g; W tym cukry: 59.58 g; Bł.: 22.08 g; Sól: 5.38 g;   | E: 2525.22 kcal; B: 99.32 g; T: 74.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.91 g; W: 372.74 g; W tym cukry: 79.84 g; Bł.: 37.77 g; Sól: 7.31 g;   | E: 2123.42 kcal; B: 81.54 g; T: 47.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; W: 356.11 g; W tym cukry: 90.39 g; Bł.: 29.32 g; Sól: 8.83 g;   | E: 474.12 kcal; B: 16.44 g; T: 22.27 g; Kw. tł. nasy.: 12.58 g; W: 59.56 g; W tym cukry: 2.25 g; Bł.: 4.21 g; Sól: 2.50 g;   | E: 2150.00 kcal; B: 84.20 g; T: 66.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.77 g; W: 324.87 g; W tym cukry: 68.75 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 7.26 g;  |

|                   | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna   | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna   | BIAL- MSWiA Kanapki   | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |   |
|-------------------|---|--|---|--|---|---|---|
| 2024-02-16 piątek | Śniadanie   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Papryka świeża 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 20 g   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pasta z białek z natką pietruszki 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |
|                   | II SN   | Banan 1szt. 1 szt  |   |  |   |   | Banan 1szt. 1 szt   |
|                   | Obiad   | Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g<br>Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, RYB.</u> )<br>Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml            | Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Kotlety sojowe 90 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Warzywa po grecku () 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |   | Krupnik jęczmienny () 300 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> )<br>Ziemiaki z koperkiem () 180 g<br>Pulpet rybny (dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u> )<br>Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g<br>Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
|                   | PD  | Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g  |   |  |   |   | Galaretka o smaku pomarańczowym 200 g   |
|                   | Kolejca   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )  | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml                         | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Salata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 70 g<br>Salata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) |   |
|                   | PN  | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt  | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   |   | Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt   |
|                   | E: 1622.73 kcal; B: 71.35 g; T: 31.16 g; Kw. tł. nasy.: 7.92 g; W: 276.05 g; W tym cukry: 66.39 g; Bł.: 23.98 g; Sól: 4.57 g; | E: 2056.03 kcal; B: 55.76 g; T: 49.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; W: 356.98 g; W tym cukry: 102.11 g; Bł.: 24.42 g; Sól: 2.80 g;  | E: 2405.04 kcal; B: 87.47 g; T: 48.76 g; Kw. tł. nasy.: 21.66 g; W: 414.11 g; W tym cukry: 119.54 g; Bł.: 36.41 g; Sól: 6.35 g;   | E: 2071.06 kcal; B: 69.46 g; T: 37.41 g; Kw. tł. nasy.: 8.99 g; W: 379.60 g; W tym cukry: 99.90 g; Bł.: 31.73 g; Sól: 7.86 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: 2189.85 kcal; B: 82.32 g; T: 48.02 g; Kw. tł. nasy.: 12.64 g; W: 372.21 g; W tym cukry: 105.78 g; Bł.: 28.21 g; Sól: 5.99 g;   |   |



|   | BIAL- MSWiA Ubogokaloryczna  | BIAL- MSWiA Bezglutenowa   | BIAL- MSWiA Wegetariańska   | BIAL- MSWiA Bezmleczna  | BIAL- MSWiA Kanapki  | BIAL- MSWiA Niskocholesterolowa   |   |
|---|--|--|---|---|--|---|---|
| 2024-02-17 sobota   | Śniadanie  | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Paszтет z ciecierzycy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Baton szynkowy z kurcząt 50 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
|   |  | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por  |   |   |  |   | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por   |
| Obiad   | Potrąwka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (brązowy) 180 g<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml  | Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ.</u> )<br>Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kotlety z brokuła* 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Potrąwka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |  | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g<br>Potrąwka drobiowa z warzywami * 230 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane () 100 g<br>Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |   |
|   | PD   | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml  | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )   | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml   | Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )   |   |
| Kolejca   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Sałatka z makaronu- dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Pyszdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |  | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u> )<br>Sałatka z makaronu pełnoziarnistego - dieta* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sałata zielona 10 g<br>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: 1641.49 kcal; B: 74.64 g; T: 42.55 g; Kw. tł. nasy.: 7.10 g; W: 252.56 g; W tym cukry: 63.32 g; Bł.: 31.69 g; Sól: 4.82 g; |  | E: 2131.56 kcal; B: 75.36 g; T: 52.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; W: 345.71 g; W tym cukry: 100.70 g; Bł.: 23.36 g; Sól: 3.24 g;  | E: 2923.84 kcal; B: 93.37 g; T: 109.53 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; W: 405.41 g; W tym cukry: 120.29 g; Bł.: 40.70 g; Sól: 6.98 g;  | E: 2088.98 kcal; B: 87.39 g; T: 35.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.39 g; W: 367.51 g; W tym cukry: 103.03 g; Bł.: 32.79 g; Sól: 6.58 g;  | E: 496.76 kcal; B: 13.90 g; T: 23.57 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 58.78 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 2.69 g;   | E: 2290.78 kcal; B: 90.52 g; T: 59.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; W: 365.61 g; W tym cukry: 100.73 g; Bł.: 33.12 g; Sól: 6.27 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> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Rzodkiew biała 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml   | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> )<br>Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JEJCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL., GLU JEJCZ.</u> )<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Pomidor 70 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Sałata zielona 20 g | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml  |
| II ŚN     | Mandarynka 1 szt   |  |   |  |   | Mandarynka 1 szt  |
| Obiad     | Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny (bez glutenu) 50 ml<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z truskawkami* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Brokuł gotowany* 200 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml  |   | Dyniowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki z koperkiem () 180 g<br>Schab gotowany 90 g<br>Sos własny () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Surówka wielowarzynna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> )<br>Fasolka szparagowa z wody* 100 g<br>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml   |
| PD        | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g  |  |   |  |   | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g   |
| Kolacja   | Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> )         | Chleb bezglutenowy 100 g<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 70 g<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml   |   | Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g<br>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> )<br>Jabłko 1 szt 1 szt<br>Sałata zielona 10 g<br>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> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb bezglutenowy 30 g<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g  |   | Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g<br>Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |
|           | E: 1479.28 kcal; B: 84.03 g; T: 24.50 g; Kw. tł. nasy.: 7.39 g; W: 241.70 g; W tym cukry: 48.10 g; Bł.: 25.55 g; Sól: 5.28 g;  | E: 2044.05 kcal; B: 79.63 g; T: 49.80 g; Kw. tł. nasy.: 20.00 g; W: 325.96 g; W tym cukry: 70.22 g; Bł.: 22.29 g; Sól: 3.49 g;   | E: 2272.15 kcal; B: 75.27 g; T: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 372.98 g; W tym cukry: 101.04 g; Bł.: 25.32 g; Sól: 5.87 g;   | E: 1990.47 kcal; B: 95.33 g; T: 35.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 335.03 g; W tym cukry: 66.07 g; Bł.: 30.01 g; Sól: 8.57 g;   | E: 477.52 kcal; B: 15.46 g; T: 20.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.25 g; W: 57.22 g; W tym cukry: 0.39 g; Bł.: 3.68 g; Sól: 2.64 g;  | E: 2021.10 kcal; B: 96.29 g; T: 41.90 g; Kw. tł. nasy.: 11.52 g; W: 327.91 g; W tym cukry: 78.70 g; Bł.: 29.15 g; Sól: 6.57 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 JEĆZ - 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,