

07.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Grochowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 858,6 kcal B: 90,6 T: 97,5 kw. tł.: 35,5 W: 449,6 w tym cukry: 53,8 Bł: 48,8 sól: 6,1</b>						
<b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>	Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron razowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/1,6,9), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/1,6), chleb razowy 90 g/1,6, mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insuliny)
<b>E: 2 350,7 kcal B: 97,3 T: 67,2 kw. tł.: 22,0 W: 378,1 w tym cukry: 45,2 Bł: 43,0 sól: 6,6</b>						
<b>Bogatoresztkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Grochowa (450 ml/1,9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 966,6 kcal B: 98,3 T: 101,1 kw. tł.: 37,6 W: 460,8 w tym cukry: 55,6 Bł: 48,8 sól: 6,3</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml), Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)

<b>E: 2 764,8 kcal B: 87,2 T: 94,1 kw. tł.: 34,6 W: 432,6 w tym cukry: 52,5 Bł: 43,8 sól: 5,5</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 640,2 kcal B: 113,3 T: 83,5 kw. tł.: 31,6 W: 389,1 w tym cukry: 36,5 Bł: 32,9 sól: 4,4</b>						
Ubogoenergetyczna	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 433,2 kcal B: 100,6 T: 79,9 kw. tł.: 30,1 W: 359,2 w tym cukry: 38,1 Bł: 34,5 sól: 3,7</b>						
Ubogoresztkowa	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 469,2 kcal B: 103,8 T: 79,7 kw. tł.: 30,1 W: 363,4 w tym cukry: 35,7 Bł: 32,3 sól: 4,7</b>						
Z ogr. tłuszczu	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 450,6 kcal B: 104,7 T: 76,4 kw. tł.: 29,2 W: 365,0 w tym cukry: 36,0 Bł: 32,3 sól: 6,0</b>						

<b>Niskobiałkowa</b>	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 147,2 kcal B: 48,7 T: 54,5 kw. tł.: 20,9 W: 378,0 w tym cukry: 52,5 Bł: 41,7 sól: 4,0</b>						
<b>Bezsolna</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 344,1 kcal B: 97,1 T: 72,6 kw. tł.: 25,9 W: 354,9 w tym cukry: 35,9 Bł: 32,1 sól: 4,9</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta z jajek (100 g/3), Bułka parówka (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony mielony (60 g) Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 851,4 kcal B: 122,0 T: 100,8 kw. tł.: 39,9 W: 395,2 w tym cukry: 36,6 Bł: 33,3 sól: 4,6</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Makaron pszenny z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi warzywami (500 g/9), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
<b>E: 2 712,2 kcal B: 117,8 T: 87,3 kw. tł.: 33,7 W: 396,1 w tym cukry: 40,7 Bł: 35,1 sól: 3,7</b>						

<b>Poloźnice</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
------------------	--	--	---	-----------------------	--	--

**E: 3 056,3 kcal B: 96,9 T: 102,5 kw. tł.: 39,6 W: 477,0 w tym cukry: 74,3 Bł: 44,4 sól: 6,0**

<b>Bezmięśne</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z grochu (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
------------------	--	----------------	---	--	---	--

**E: 2 691,1 kcal B: 89,4 T: 77,1 kw. tł.: 29,1 W: 459,1 w tym cukry: 53,5 Bł: 53,9 sól: 5,3**

<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/1,7)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)
--------------------------------------	--	----------------	---	-----------------------	---	--

**E: 3 117,2 kcal B: 99,7 T: 103,6 kw. tł.: 38,6 W: 487,5 w tym cukry: 71,8 Bł: 44,6 sól: 3,8**

<b>Dzieci</b>	Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1), sos pomidorowy (100 ml/1,7), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/1)	Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser żółty (30 g/1,7), pieczywo (30 g/1)
---------------	--	----------------	---	-------------------------------	---	--

**E: 3 018,8 kcal B: 118,0 T: 94,5 kw. tł.: 34,6 W: 464,6 w tym cukry: 80,5 Bł: 45,0 sól: 5,6**

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

08.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 431,1 kcal B: 92,0 T: 81,3 kw. tł.: 25,8 W: 364,9 w tym cukry: 40,9 Bł: 38,7 sól: 7,9</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Herbata (250 ml/)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata (250 ml)	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (90 g/1,6), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 561,4 kcal B: 108,4 T: 77,4 kw. tł.: 24,2 W: 394,3 w tym cukry: 30,0 Bł: 42,8 sól: 8,3</b>						
Bogatoresztkowa	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 539,1 kcal B: 99,7 T: 84,9 kw. tł.: 27,9 W: 376,1 w tym cukry: 42,7 Bł: 38,7 sól: 8,2</b>						
Lekkostrawna	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 275,9 kcal B: 104,0 T: 66,3 kw. tł.: 24,4 W: 352,6 w tym cukry: 38,8 Bł: 40,4 sól: 6,3</b>						
Z ogr. s. pobudz. wydzieln. soku żołądkowego	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na ml (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 927,9 kcal B: 129,3 T: 84,6 kw. tł.: 33,8 W: 448,6 w tym cukry: 38,3 Bł: 40,1 sól: 5,0</b>						

Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka pszenna (1 szt/1), Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 368,7 kcal B: 105,1 T: 70,0 kw. tł.: 25,2 W: 363,3 w tym cukry: 33,5 Bł: 37,4 sól: 4,8</b>						
Ubogoenergetyczna	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 344,5 kcal B: 103,2 T: 70,1 kw. tł.: 25,2 W: 360,0 w tym cukry: 34,8 Bł: 38,4 sól: 4,9</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2 266,6 kcal B: 49,6 T: 37,2 kw. tł.: 15,5 W: 440,5 w tym cukry: 62,4 Bł: 45,4 sól: 3,4</b>						
Bezsolna	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2 385,7 kcal B: 98,5 T: 68,4 kw. tł.: 24,6 W: 376,7 w tym cukry: 34,9 Bł: 36,1 sól: 4,1</b>						
Papkowata, półpłynna	Serek wiejski (1 szt/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na ml (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1) mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 968,9 kcal B: 129,3 T: 84,6 kw. tł.: 33,9 W: 458,9 w tym cukry: 36,2 Bł: 40,1 sól: 5,0</b>						

<b>Bogatobiałkowa</b>	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Owsianka (450 ml/1,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3 052,7 kcal B: 135,0 T: 88,3 kw. tł.: 36,0 W: 466,7 w tym cukry: 39,3 Bł: 41,1 sól: 5,3</b>						
<b>Położnice</b>	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 935,1 kcal B: 133,1 T: 84,6 kw. tł.: 32,6 W: 447,9 w tym cukry: 58,0 Bł: 41,7 sól: 7,4</b>						
<b>Bezmięsne</b>	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Kasza jęczmienna gotowana z warzywami (350 g/1,9), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/1,3,4,6,9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
<b>E: 2 276,0 kcal B: 77,4 T: 67,3 kw. tł.: 21,3 W: 366,8 w tym cukry: 47,3 Bł: 41,3 sól: 7,0</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Makaron na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3 027,0 kcal B: 131,7 T: 88,5 kw. tł.: 34,4 W: 463,1 w tym cukry: 55,3 Bł: 41,1 sól: 6,2</b>						
<b>Dzieci</b>	Serek wiejski (1 szt/7), Grahamka (1 szt/1,6) Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Ryż na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9) Pulpet gotowany (100 g/1,3) w sosie (100 ml/1,7,9), kasza jęczmienna gotowana (200 g/1), surówka z marchwi i jabłka (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Makaron pszenny z truskawkami (150 g/1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Sałata, Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 3 107,3 kcal B: 129,4 T: 81,0 kw. tł.: 31,4 W: 505,4 w tym cukry: 61,3 Bł: 45,3 sól: 6,9</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

09.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/1), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 522,4 kcal B: 88,0 T: 78,5 kw. tł.: 28,9 W: 395,4 w tym cukry: 49,2 Bł: 33,7 sól: 5,8</b>						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Udko drobiowe pieczone (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/7), chleb razowy (90 g/1,6), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 609,6 kcal B: 125,9 T: 94,3 kw. tł.: 32,9 W: 350,9 w tym cukry: 21,5 Bł: 39,5 sól: 8,3</b>						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Forszmak (300 g/1), Chleb sitkowy (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 630,4 kcal B: 95,7 T: 82,1 kw. tł.: 31,0 W: 406,6 w tym cukry: 51,0 Bł: 33,7 sól: 6,1</b>						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/1,3,7), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 480,7 kcal B: 88,4 T: 69,4 kw. tł.: 23,4 W: 405,3 w tym cukry: 49,1 Bł: 34,7 sól: 6,4</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Polędwica sopočka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 702,6 kcal B: 119,8 T: 78,8 kw. tł.: 28,6 W: 409,0 w tym cukry: 39,2 Bł: 34,7 sól: 6,1</b>						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 153,6 kcal B: 93,2 T: 62,4 kw. tł.: 20,4 W: 332,8 w tym cukry: 48,4 Bł: 31,4 sól: 5,6</b>						
Ubogoenergetyczna	Polędwica sopocka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 126,4 kcal B: 90,5 T: 64,4 kw. tł.: 20,9 W: 321,7 w tym cukry: 50,3 Bł: 29,0 sól: 5,4</b>						
Niskobiałkowa	Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9) Pierogi z wiśniami (350 g/8 szt/1,3) kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron pszenny z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 198,9 kcal B: 40,4 T: 54,1 kw. tł.: 29,3 W: 406,2 w tym cukry: 88,4 Bł: 29,7 sól: 0,8</b>						
Bezsolna	Ser biały (100 g/7), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe gotowane w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 220,0 kcal B: 102,3 T: 64,3 kw. tł.: 22,1 W: 336,2 w tym cukry: 48,1 Bł: 31,4 sól: 4,3</b>						
Papkowata, póipłynna	Pasztet sojowy (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Udko drobiowe gotowane mielone w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7)
<b>E: 2 878,7 kcal B: 115,2 T: 87,5 kw. tł.: 28,4 W: 437,5 w tym cukry: 41,3 Bł: 36,4 sól: 6,0</b>						

Bogatobiałkowa	Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Udko drobiowe gotowane w jarzynach (170 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 2 786,4 kcal B: 125,5 T: 82,5 kw. tł.: 30,8 W: 416,9 w tym cukry: 42,3 Bł: 35,6 sól: 6,4</b>						
Położnice	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )	Forszmak (300 g/ <b>1</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 3 105,9 kcal B: 114,0 T: 91,8 kw. tł.: 35,3 W: 488,3 w tym cukry: 57,0 Bł: 38,5 sól: 6,8</b>						
Beźmięsne	Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g),	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 2 683,4 kcal B: 88,9 T: 69,9 kw. tł.: 19,7 W: 459,6 w tym cukry: 52,5 Bł: 42,4 sól: 6,1</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> )
<b>E: 3 136,7 kcal B: 116,7 T: 83,2 kw. tł.: 31,4 W: 517,3 w tym cukry: 42,6 Bł: 44,3 sól: 6,2</b>						
Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek zielony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ), Pierogi ze szpinakiem (350 g/8 szt/ <b>1,3,7</b> ), Surówka z kapusty włoskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/ <b>1</b> )	Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt)
<b>E: 3 084,2 kcal B: 109,4 T: 82,5 kw. tł.: 29,3 W: 507,8 w tym cukry: 54,1 Bł: 39,8 sól: 8,5</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.fubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

10.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 542,5 kcal B: 103,7 T: 74,1 kw. tł.: 27,6 W: 397,3 w tym cukry: 53,3 Bt: 35,5 sól: 5,3</b>						
Z ogr. tawno p. węglowodanów	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Śliwka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt/3), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 258,6 kcal B: 104,7 T: 65,7 kw. tł.: 20,5 W: 348,7 w tym cukry: 32,9 Bt: 40,3 sól: 6,5</b>						
Bogatoresztkowa	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 650,5 kcal B: 111,4 T: 77,7 kw. tł.: 29,8 W: 408,5 w tym cukry: 55,1 Bt: 35,5 sól: 5,5</b>						
Lekkostrawna	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 383,2 kcal B: 105,9 T: 58,3 kw. tł.: 23,0 W: 390,9 w tym cukry: 53,9 Bt: 36,1 sól: 5,2</b>						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka z indyka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 545,1 kcal B: 125,9 T: 58,9 kw. tł.: 28,2 W: 400,5 w tym cukry: 54,7 Bt: 26,6 sól: 5,5</b>						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 326,9 kcal B: 110,9 T: 48,0 kw. tł.: 22,3 W: 389,9 w tym cukry: 62,0 Bt: 31,2 sól: 5,4</b>						
Ubogoneurotyczna	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 271,7 kcal B: 107,4 T: 48,4 kw. tł.: 22,4 W: 381,1 w tym cukry: 64,6 Bt: 33,9 sól: 4,6</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jaglany (450 ml/9), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/1,9) Kasza gryczana z warzywami gotowanymi (350 g/9), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/9), bułka parówka (120 g/7), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 109,4 kcal B: 58,0 T: 33,9 kw. tł.: 14,6 W: 430,0 w tym cukry: 72,1 Bt: 49,0 sól: 3,5</b>						
Bezsolna	Filet drob. gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 375,9 kcal B: 120,4 T: 50,6 kw. tł.: 22,8 W: 389,3 w tym cukry: 62,8 Bt: 34,0 sól: 4,2</b>						

Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 732,8 kcal B: 118,9 T: 69,7 kw. tł.: 28,8 W: 428,9 w tym cukry: 56,8 Bt: 28,3 sól: 5,4</b>						
Bogatobiałkowa	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ryżanka (450 ml/9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 600,9 kcal B: 130,9 T: 61,0 kw. tł.: 29,9 W: 410,7 w tym cukry: 58,5 Bt: 32,6 sól: 5,2</b>						
Położnice	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 825,5 kcal B: 116,3 T: 79,4 kw. tł.: 30,5 W: 443,4 w tym cukry: 72,8 Bt: 36,0 sól: 5,7</b>						
Bezmięсна	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Śliwka (1 szt)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/1,3), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7), Chleb pszenny (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 617,6 kcal B: 95,8 T: 72,4 kw. tł.: 26,0 W: 423,6 w tym cukry: 39,3 Bt: 34,1 sól: 5,4</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Szynka z indyka (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Banan (1 szt)	Koperkowa z ryżem (450 ml/1,7,9) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Biszkopty (50 g/1,7)	Ser biały (100 g/7), dżem (25 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 3 026,0 kcal B: 127,9 T: 85,1 kw. tł.: 35,5 W: 468,6 w tym cukry: 82,7 Bt: 35,2 sól: 6,0</b>						

Dzieci	Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Śliwka (1 szt)	Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ) kompot z owoców mr. (250 ml)	Racuchy z jabłkiem (1 szt/ <b>1,3,7</b> )	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
--------	---	----------------	---	--	---	--

**E: 2 789,4 kcal B: 114,6 T: 65,3 kw. tł.: 23,7 W: 470,5 w tym cukry: 66,5 Bt: 39,7 sól: 5,2**

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

11.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 514,1 kcal B: 103,2 T: 75,5 kw. tł.: 20,7 W: 382,4 w tym cukry: 54,7 Bł: 30,1 sól: 4,7</b>						
z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g). Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Herbata (250 ml)	Szynka z indyka (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (20 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 228,8 kcal B: 95,4 T: 75,1 kw. tł.: 18,9 W: 329,7 w tym cukry: 23,7 Bł: 40,0 sól: 8,1</b>						
Bogatoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 557,0 kcal B: 105,9 T: 75,8 kw. tł.: 20,7 W: 391,0 w tym cukry: 55,3 Bł: 31,4 sól: 5,7</b>						
Lekkostrawna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 514,1 kcal B: 103,2 T: 75,5 kw. tł.: 20,7 W: 382,4 w tym cukry: 54,7 Bł: 30,1 sól: 4,7</b>						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 680,3 kcal B: 116,7 T: 75,4 kw. tł.: 25,5 W: 404,8 w tym cukry: 51,9 Bł: 25,0 sól: 4,6</b>						

Ubogoenergetyczna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 318,3 kcal B: 101,8 T: 65,6 kw. tł.: 20,1 W: 355,3 w tym cukry: 51,3 Bł: 28,5 sól: 4,7</b>						
Ubogoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 413,6 kcal B: 104,3 T: 67,6 kw. tł.: 20,7 W: 368,4 w tym cukry: 51,1 Bł: 25,3 sól: 4,9</b>						
Z ogr. tłuszczu	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 353,9 kcal B: 108,4 T: 58,8 kw. tł.: 20,7 W: 369,8 w tym cukry: 51,5 Bł: 26,6 sól: 4,4</b>						
Niskobiałkowa	Dżem (50 g), bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g/1), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Brokuły gotowane (300 g), Bułka parówka (120 g/1), Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 015,9 kcal B: 45,4 T: 50,9 kw. tł.: 19,8 W: 385,0 w tym cukry: 56,1 Bł: 44,4 sól: 4,3</b>						
Bezsolna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 348,5 kcal B: 100,1 T: 66,1 kw. tł.: 20,2 W: 360,0 w tym cukry: 51,5 Bł: 25,3 sól: 5,1</b>						

Papkowata, półpłynna	Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Bułka parówka (120 g/1), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 565,3 kcal B: 107,2 T: 77,8 kw. tł.: 27,5 W: 379,3 w tym cukry: 46,7 Bł: 24,9 sól: 4,3</b>						
Bogatobiałkowa	Szynka konserwowa (60 g/1,6), Bułka pszenna (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Krupnik jaglany (450 ml/9) Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 584,6 kcal B: 123,1 T: 76,6 kw. tł.: 28,9 W: 380,3 w tym cukry: 33,9 Bł: 33,1 sól: 5,5</b>						
Położnice	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Sok pomidorowy (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/1,7)	Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kiełbasa szynkowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1)
<b>E: 2 759,0 kcal B: 112,9 T: 81,0 kw. tł.: 24,1 W: 422,6 w tym cukry: 74,9 Bł: 33,4 sól: 6,2</b>						
Bezmięsne	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszzonej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 449,0 kcal B: 99,0 T: 74,0 kw. tł.: 20,2 W: 374,0 w tym cukry: 55,0 Bł: 30,1 sól: 4,9</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1,7), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9) Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/1,7)	Pasta z jajek (100 g/3,10), Chleb razowy (120 g/1,6), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
<b>E: 2 914,4 kcal B: 125,1 T: 81,3 kw. tł.: 29,0 W: 447,1 w tym cukry: 71,7 Bł: 32,0 sól: 4,9</b>						

<b>Dzieci</b>	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ <b>1,7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kapusty kiszonej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z ryżem (1 szt/ <b>1,7</b> )	Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Ogórek zielony (50 g), Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Kiełbasa szynkowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )
---------------	---	----------------	--	------------------------------------	---	--

**E: 2 716,1 kcal B: 110,2 T: 80,7 kw. tł.: 24,1 W: 414,0 w tym cukry: 74,3 Bł: 32,1 sól: 5,2**

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

12.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 636,4 kcal B: 117,7 T: 95,6 kw. tł.: 37,9 W: 358,3 w tym cukry: 39,5 Bł: 33,7 sól: 5,0</b>						
Z ogr. tłuszczu p. węglowodanów	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż brązowy gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (60 g/1,6), chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 570,0 kcal B: 127,0 T: 72,8 kw. tł.: 21,4 W: 397,3 w tym cukry: 20,6 Bł: 49,5 sól: 5,4</b>						
Bogatoresztkowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 744,4 kcal B: 125,4 T: 99,2 kw. tł.: 40,0 W: 369,5 w tym cukry: 41,3 Bł: 33,7 sól: 5,3</b>						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 484,4 kcal B: 117,4 T: 76,3 kw. tł.: 25,8 W: 362,8 w tym cukry: 39,6 Bł: 33,7 sól: 3,7</b>						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 3 037,5 kcal B: 143,1 T: 79,7 kw. tł.: 28,7 W: 470,8 w tym cukry: 34,7 Bł: 37,9 sól: 5,1</b>						

Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 430,0 kcal B: 114,0 T: 65,4 kw. tł.: 21,8 W: 377,3 w tym cukry: 41,8 Bł: 34,7 sól: 3,3</b>						
Ubogoresztkowa,	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 466,0 kcal B: 117,2 T: 65,2 kw. tł.: 21,8 W: 381,5 w tym cukry: 39,4 Bł: 32,5 sól: 4,3</b>						
z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 466,0 kcal B: 117,2 T: 65,2 kw. tł.: 21,8 W: 381,5 w tym cukry: 39,4 Bł: 32,5 sól: 4,3</b>						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Bułka parówka (120 g/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka (450 ml/ 9) Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9), jarzynka gotowane (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Makaron pszenny z truskawkami (350 g/1,7), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt.)
<b>E: 2 181,4 kcal B: 47,3 T: 28,4 kw. tł.: 10,2 W: 465,0 w tym cukry: 79,8 Bł: 43,4 sól: 2,2</b>						
Bezsolna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 466,0 kcal B: 117,2 T: 65,2 kw. tł.: 21,8 W: 381,5 w tym cukry: 39,4 Bł: 32,5 sól: 4,3</b>						

Papkowata, półpłynna	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy mielony gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona mielona (60 g/1,3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 3 037,5 kcal B: 143,1 T: 79,7 kw. tł.: 28,7 W: 470,8 w tym cukry: 34,7 Bł: 37,9 sól: 5,1</b>						
Bogatobiałkowa	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 3 109,5 kcal B: 147,6 T: 83,5 kw. tł.: 30,9 W: 477,8 w tym cukry: 38,9 Bł: 40,1 sól: 4,3</b>						
Położnice	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Rolada pieczona (60 g/1,3), Chleb pszenny (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 3 241,9 kcal B: 147,2 T: 109,2 kw. tł.: 46,3 W: 451,9 w tym cukry: 56,2 Bł: 37,0 sól: 6,1</b>						
Bezmięсна	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Risotto z kostką sojową (350 g/6,9), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet sojowy (1 szt/6,9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/7)
<b>E: 2 464,8 kcal B: 90,9 T: 73,8 kw. tł.: 26,9 W: 397,5 w tym cukry: 44,7 Bł: 43,7 sól: 5,8</b>						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek naturalny (1 szt/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Wafle w czekoladzie (1 szt/1,7)	Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki kukurydziane na ml (350 ml/7)
<b>E: 3 420,9 kcal B: 146,5 T: 121,6 kw. tł.: 50,0 W: 471,6 w tym cukry: 48,4 Bł: 39,1 sól: 6,0</b>						

<b>Dzieci</b>	Twarożek (100 g/ <b>7</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Ziemniaczanka z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż biały gotowany (200 g), brokuły gotowane (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (1 szt/ <b>1,3,7</b> )	Karczek pieczony (60 g), Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), Masto ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kefir (1 szt/ <b>7</b> )
<b>E: 3 129,2 kcal B: 149,7 T: 96,3 kw. tł.: 33,8 W: 449,5 w tym cukry: 50,9 Bł: 36,8 sól: 4,3</b>						
<b>Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</b>						

13.10.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
<b>Podstawowa</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 315,7 kcal B: 89,5 T: 69,5 kw. tł.: 19,4 W: 367,6 w tym cukry: 46,0 Bł: 38,7 sól: 9,9</b>						
<b>Z ogr. latwo p. węglowodanów</b>	Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
<b>E: 2 359,5 kcal B: 94,3 T: 79,7 kw. tł.: 20,4 W: 346,4 w tym cukry: 33,6 Bł: 33,3 sól: 11,0</b>						
<b>Bogatoresztkowa</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 423,7 kcal B: 97,2 T: 73,1 kw. tł.: 21,6 W: 378,8 w tym cukry: 47,8 Bł: 38,7 sól: 10,2</b>						
<b>Lekkostrawna</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 255,1 kcal B: 89,9 T: 66,8 kw. tł.: 19,4 W: 358,7 w tym cukry: 46,8 Bł: 39,3 sól: 9,8</b>						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2 520,5 kcal B: 127,5 T: 68,8 kw. tł.: 27,5 W: 379,6 w tym cukry: 43,6 Bł: 34,8 sól: 6,1</b>						
Ubogoenergetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1 863,9 kcal B: 90,2 T: 50,0 kw. tł.: 16,8 W: 290,7 w tym cukry: 44,0 Bł: 30,7 sól: 5,9</b>						
Ubogoresztkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1 891,1 kcal B: 92,8 T: 48,0 kw. tł.: 16,3 W: 301,8 w tym cukry: 42,1 Bł: 33,1 sól: 6,1</b>						
Z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1 891,1 kcal B: 92,8 T: 48,0 kw. tł.: 16,3 W: 301,8 w tym cukry: 42,1 Bł: 33,1 sól: 6,1</b>						

<b>Niskobiałkowa</b>	Ryż z jabłkiem (350 g/7), Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9) Kopytka gotowane (300 g/1), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałátka jarzynowa (200 g/1,9,10), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 183,2 kcal B: 42,8 T: 52,2 kw. tł.: 9,0 W: 403,5 w tym cukry: 71,3 Bł: 35,7 sól: 3,2</b>						
<b>Bezsolna</b>	Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/9), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 1 933,8 kcal B: 100,7 T: 48,7 kw. tł.: 16,4 W: 304,1 w tym cukry: 42,6 Bł: 34,4 sól: 4,9</b>						
<b>Papkowata, półpłynna</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2 708,1 kcal B: 120,5 T: 79,6 kw. tł.: 28,1 W: 408,0 w tym cukry: 45,7 Bł: 36,5 sól: 5,9</b>						
<b>Bogatobiałkowa</b>	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9), Chleb sitkowy (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
<b>E: 2 601,3 kcal B: 132,6 T: 74,4 kw. tł.: 30,2 W: 379,6 w tym cukry: 47,3 Bł: 32,5 sól: 6,2</b>						

<b>Polożnice</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> )	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 925,0 kcal B: 119,3 T: 85,6 kw. tł.: 29,5 W: 454,8 w tym cukry: 69,4 Bł: 39,8 sól: 10,8</b>						
<b>Beźmięśne</b>	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ) Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )	Jabłko (1 szt)	Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ), Kotlet sojowy pieczony (100 g/ <b>1,3,6</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)		Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
<b>E: 2 428,0 kcal B: 80,4 T: 69,8 kw. tł.: 15,4 W: 408,0 w tym cukry: 49,5 Bł: 45,2 sól: 9,7</b>						
<b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko pieczone (1 szt)	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ), Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )
<b>E: 2 944,4 kcal B: 132,7 T: 84,0 kw. tł.: 33,6 W: 449,1 w tym cukry: 67,1 Bł: 39,0 sól: 6,1</b>						

<b>Dzieci</b>	Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ) Ogórek kiszony (50 g) Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak (450 ml/ <b>1,9</b> ) + chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ <b>1,7</b> )	Sałatka ze śledziem (210 g/ <b>3,4,10</b> ) Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok pomidorowy (1 szt)
---------------	---	-------------------	--	---	--	---------------------------

**E: 2 756,4 kcal B: 112,0 T: 79,3 kw. tł.: 27,3 W: 434,7 w tym cukry: 68,4 Bł: 40,4 sól: 10,4**

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

Sporządził: W. S./K.M./K.W.