

18.11.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 2 976,0 kcal B: 107,4 T: 108,5 kw. tł.: 41,6 W: 434,8 w tym cukry: 53,3 Bł: 45,4 sól: 6,2						
Zogr. łątwo p. węglowodanów	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 jęczmienny (450 ml/1,9) Ryż brązowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/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)	Pasztet sojowy (1 szt/6,9), chleb razowy 90 g/1,6), sałata (dodatek insulinowy)
E: 2 479,3 kcal B: 90,8 T: 70,9 kw. tł.: 19,5 W: 415,7 w tym cukry: 48,5 Bł: 52,8 sól: 5,8						
Bogatoresztkowa	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Fasolowa (450 ml/1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 3 084,0 kcal B: 115,1 T: 112,1 kw. tł.: 43,8 W: 446,0 w tym cukry: 55,1 Bł: 45,4 sól: 6,4						
Lekkostrawna	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9), Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasztet domowy pieczony (90 g/1,3) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ćwikła (120 g/12) Herbata z cukrem (250 ml)	Ser topiony (1 szt/1,7), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 2 924,1 kcal B: 99,3 T: 105,4 kw. tł.: 40,8 W: 432,1 w tym cukry: 52,7 Bł: 40,2 sól: 6,1						

D. ubogobakteryjne podstawowe	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 9), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Krakersy (35 g/ 1,7)	Pasztet domowy pieczony (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)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
	E: 3 174,5 kcal B: 112,4 T: 106,5 kw. tł.: 40,0 W: 479,6 w tym cukry: 56,2 Bł: 41,5 sól: 4,8					
Dzieci	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) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9) Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ 9), surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Galaretka z owocami (200 g/ 1)	Pasztet domowy pieczony (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 topiony (1 szt/ 1,7), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
	E: 3 178,1 kcal B: 130,1 T: 105,8 kw. tł.: 40,8 W: 464,1 w tym cukry: 80,7 Bł: 41,4 sól: 6,2					
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.						

19.11.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,3,4,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 476,3 kcal B: 105,0 T: 81,2 kw. tł.: 25,3 W: 364,4 w tym cukry: 59,3 Bł: 35,6 sól: 7,2						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Herbata (250 m)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (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 zielony (50 g) 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)
E: 2 492,9 kcal B: 109,6 T: 77,5 kw. tł.: 26,7 W: 375,9 w tym cukry: 27,7 Bł: 40,8 sól: 7,3						
Bogatoreszkowa	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,3,4,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 584,3 kcal B: 112,7 T: 84,8 kw. tł.: 27,4 W: 375,6 w tym cukry: 61,1 Bł: 35,6 sól: 7,4						
Lekkostrawna	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 286,8 kcal B: 101,3 T: 62,4 kw. tł.: 24,2 W: 363,5 w tym cukry: 55,0 Bł: 37,5 sól: 5,1						
Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Serek wiejski (1 szt/ 7), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 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 jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 850,2 kcal B: 127,2 T: 80,0 kw. tł.: 32,7 W: 443,2 w tym cukry: 39,6 Bł: 42,2 sól: 5,4						

Ubogoreszktawa, z ogr. tłuszczu	Serek wiejski (1 szt/ 7), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 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)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 287,7 kcal B: 102,1 T: 64,5 kw. tł.: 23,9 W: 357,8 w tym cukry: 34,6 Bł: 37,4 sól: 4,8						
Ubogoenergetyczna	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Herbata (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 282,7 kcal B: 100,4 T: 64,4 kw. tł.: 23,9 W: 359,0 w tym cukry: 35,7 Bł: 37,9 sól: 4,6						
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) Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ 1,3), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Ryż z truskawkami (350 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 105,2 kcal B: 40,8 T: 31,2 kw. tł.: 10,2 W: 448,7 w tym cukry: 67,6 Bł: 38,7 sól: 2,2						
Bezsolna	Serek wiejski (1 szt/ 7), Bułka parówka (120 g/ 1) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 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)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 287,7 kcal B: 102,1 T: 64,5 kw. tł.: 23,9 W: 357,8 w tym cukry: 34,6 Bł: 37,4 sól: 4,8						
Papkowata, półpłynna	Serek wiejski (1 szt/ 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)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 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 jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 850,2 kcal B: 127,2 T: 80,0 kw. tł.: 32,7 W: 443,2 w tym cukry: 39,6 Bł: 42,2 sól: 5,4						

Bogatobiałkowa	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 2 953,2 kcal B: 133,2 T: 83,5 kw. tł.: 34,9 W: 455,6 w tym cukry: 42,5 Bł: 42,7 sól: 5,5						
Położnice	Serek wiejski (1 szt/ 7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ 1,7)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 983,5 kcal B: 122,7 T: 81,1 kw. tł.: 33,2 W: 478,1 w tym cukry: 79,3 Bł: 42,5 sól: 5,3						
Bezmięsne	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Owsianka (450 ml/ 1,9) Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/ 6,9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Konserwa rybna (1 szt/ 1,3,4,9,10) Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 367,9 kcal B: 91,8 T: 73,8 kw. tł.: 22,4 W: 373,8 w tym cukry: 48,7 Bł: 42,5 sól: 6,4						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Kotlet schabowy pieczony (100 g/ 1,3), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Pierniczki (50 g/ 1,7)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)
E: 3 106,4 kcal B: 126,1 T: 86,4 kw. tł.: 35,8 W: 496,1 w tym cukry: 75,6 Bł: 44,8 sól: 5,4						
Dzieci	Serek wiejski (1 szt/ 7), Kajzerka z ziarnami (1 szt/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza manna na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Kapuśniak mazurski (450 ml/ 1,9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Kanapka z papryką (1 szt/ 1,7)	Rolada pieczona (60 g/ 1,3), Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Ogórek zielony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Szynka konserwowa (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 999,4 kcal B: 131,4 T: 88,4 kw. tł.: 35,3 W: 460,8 w tym cukry: 59,0 Bł: 45,8 sól: 6,7						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mieczniki i prod.pochodne.						

20.11.2024						
	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) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./ 1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/ 1), Chleb pszenny (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/ 1)
E: 2 492,2 kcal B: 86,2 T: 70,0 kw. tł.: 26,3 W: 402,2 w tym cukry: 47,4 Bł: 26,9 sól: 6,5						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (20 g), Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (1 szt/ 7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno- warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania (10 g), Pomidor (50 g), Herbata (250 ml)	Serek naturalny (1 szt/ 7), chleb razowy (90 g/ 1,6), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 593,0 kcal B: 123,4 T: 95,0 kw. tł.: 35,1 W: 338,8 w tym cukry: 19,9 Bł: 30,3 sól: 8,2						
Bogatoresztkowa	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (1 szt/ 7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./ 1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Forszmak (300 g/ 1), Chleb pszenny (120 g/ 1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/ 1)
E: 2 600,2 kcal B: 93,9 T: 73,6 kw. tł.: 28,4 W: 413,4 w tym cukry: 49,2 Bł: 26,9 sól: 6,8						
Lekkostrawna	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./ 1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/ 1)
E: 2 471,2 kcal B: 87,0 T: 68,4 kw. tł.: 24,1 W: 401,9 w tym cukry: 48,4 Bł: 29,1 sól: 6,2						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 829,8 kcal B: 130,9 T: 90,0 kw. tł.: 33,7 W: 405,5 w tym cukry: 34,2 Bł: 34,8 sól: 6,2						
Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 2 279,3 kcal B: 99,7 T: 70,8 kw. tł.: 23,8 W: 339,9 w tym cukry: 46,3 Bł: 31,9 sól: 5,1						
Ubogoenerygetyczna	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 2 271,3 kcal B: 97,3 T: 72,6 kw. tł.: 24,3 W: 333,3 w tym cukry: 48,0 Bł: 29,1 sól: 4,7						
Niskobiałkowa	Dżem owocowy (50 g), Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)	Jabłko (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9) Pierogi z wiśniami (350 g/8 szt/1,3), 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)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 2 394,2 kcal B: 46,5 T: 62,8 kw. tł.: 37,6 W: 418,2 w tym cukry: 82,9 Bł: 36,2 sól: 3,2						
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 ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 2 345,7 kcal B: 108,8 T: 72,6 kw. tł.: 25,5 W: 343,3 w tym cukry: 46,0 Bł: 31,9 sól: 3,9						

Papkowata, półpłynna	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Bułka parówka (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony mielony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 3 005,8 kcal B: 126,3 T: 98,7 kw. tł.: 33,5 W: 433,9 w tym cukry: 36,3 Bł: 36,5 sól: 6,1						
Bogatobialkowa	Szynka delikatesowa (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (1 szt/7)	Krupnik ryżowy (450 ml/9), Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 932,8 kcal B: 136,9 T: 93,5 kw. tł.: 35,9 W: 417,9 w tym cukry: 37,1 Bł: 35,3 sól: 6,3						
Położnice	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (1 szt/7)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Forszmak (300 g/1), Chleb pszenny (120 g/1), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 3 065,2 kcal B: 113,3 T: 83,9 kw. tł.: 34,0 W: 493,2 w tym cukry: 77,4 Bł: 33,6 sól: 7,9						
Bezmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9) Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/9) kompot z owoców mr. (250 ml)		Soczewica z warzywami (100 g/9) Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Pomidor (50 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/1)
E: 2 693,2 kcal B: 85,8 T: 65,0 kw. tł.: 18,6 W: 469,8 w tym cukry: 50,8 Bł: 36,3 sól: 5,8						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Łopatka pieczona (60 g/1,6), Chleb razowy (120 g/1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7) Kawa na mleku (250 ml/1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./1,3,7), Szpinak gotowany (170 g/1) kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/9), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kasza manna na mleku (450 ml/1,7)
E: 3 134,8 kcal B: 122,2 T: 83,9 kw. tł.: 33,5 W: 509,5 w tym cukry: 62,5 Bł: 41,9 sól: 6,8						

Dzieci	Łopatka pieczona (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Rzodkiewka (20 g), Kawa na mleku (250 ml/ 1,7) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ 1,7,9), Pierogi z serem (350 g/8 szt./ 1,3,7), Sałatka z ogórka i cebuli (120 g/ 9) kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z wieprzowiny szynki (100 g/ 9), Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Kisiel słodka chwila (1 szt/ 1)
	E: 2 936,2 kcal B: 106,5 T: 78,8 kw. tł.: 29,7 W: 481,7 w tym cukry: 76,6 Bł: 35,9 sól: 7,3					
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.						

21.11.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 725,5 kcal B: 106,3 T: 86,6 kw. tł.: 32,0 W: 407,4 w tym cukry: 60,9 Bł: 30,8 sól: 4,8						
Z ogr. łatwo 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)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), kasza gryczana gotowana (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Herbata (250 ml)	Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g)
E: 2 267,9 kcal B: 110,9 T: 62,1 kw. tł.: 20,7 W: 352,0 w tym cukry: 33,4 Bł: 39,5 sól: 6,7						
Bogatoresztkowa	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt), Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Stek wieprzowy pieczony z duszoną cebulką (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 833,5 kcal B: 114,0 T: 90,2 kw. tł.: 34,2 W: 418,6 w tym cukry: 62,7 Bł: 30,8 sól: 5,1						
Lekkostrawna	Pasztet drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 566,2 kcal B: 108,5 T: 70,7 kw. tł.: 27,4 W: 401,0 w tym cukry: 61,5 Bł: 31,4 sól: 4,8						
Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Szynka z indyka (60 g/ 1,6), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 507,6 kcal B: 120,9 T: 58,7 kw. tł.: 27,0 W: 400,9 w tym cukry: 48,1 Bł: 31,1 sól: 5,5						

Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu	Szynka z indyka (60 g/ 1,6), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1) <u>z ogr. tłuszczu:</u> wędlina (30 g/ 1,6), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 333,5 kcal B: 117,0 T: 55,8 kw. tł.: 24,5 W: 369,7 w tym cukry: 43,8 Bł: 32,6 sól: 5,8						
Z ogr. tłuszczu- E: 2 333,5 kcal B: 117,0 T: 55,8 kw. tł.: 24,5 W: 369,7 w tym cukry: 43,8 Bł: 32,6 sól: 5,8						
Ubogoenergetyczna	Szynka z indyka (60 g/ 1,6), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 299,5 kcal B: 114,8 T: 58,0 kw. tł.: 25,0 W: 356,5 w tym cukry: 45,7 Bł: 31,0 sól: 4,7						
Niskobiałkowa	Krupnik jęczmienny (450 ml/ 1,9), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Placki jarzynowe smażone (350 g/2 szt/ 1,3,9) jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Bukiet warzyw gotowany (300 g/ 9), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowo-warzywny (1 szt)
E: 1 963,8 kcal B: 51,3 T: 34,5 kw. tł.: 13,7 W: 404,0 w tym cukry: 52,9 Bł: 45,9 sól: 4,4						
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 jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 376,2 kcal B: 124,9 T: 56,4 kw. tł.: 24,5 W: 372,0 w tym cukry: 44,4 Bł: 33,9 sól: 4,6						
Papkowata, półtłyna	Pasztet drobiowy (1 szt/ 1,3,6), Bułka parówka (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Bułka parówka (120 g/ 1), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki kukurydżiane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 566,6 kcal B: 112,2 T: 68,6 kw. tł.: 28,9 W: 402,4 w tym cukry: 47,9 Bł: 31,2 sól: 4,9						

Bogatobiałkowa	Szynka z indyka (60 g/ 1,6), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Gryskowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ 9) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 2 584,6 kcal B: 127,1 T: 62,6 kw. tł.: 29,2 W: 406,7 w tym cukry: 51,2 Bł: 32,8 sól: 4,9						
Położnice	Paszтет drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Banan (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7))	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 3 052,0 kcal B: 118,1 T: 95,7 kw. tł.: 34,9 W: 457,0 w tym cukry: 79,1 Bł: 31,5 sól: 5,5						
Bezmieśne	Paszтет sojowy (1 szt/ 6,9), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Placki sojowe pieczone (350 g/ 1,3,6), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 952,8 kcal B: 120,2 T: 92,7 kw. tł.: 26,1 W: 447,2 w tym cukry: 65,7 Bł: 46,3 sól: 5,9						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Paszтет drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Banan (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Stek wieprzowy pieczony (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Herbatniki (50 g/ 1,7)	Ser biały (100 g/ 7), dżem owocowy (25 g), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ 7)
E: 3 161,3 kcal B: 114,0 T: 96,4 kw. tł.: 35,9 W: 493,3 w tym cukry: 90,7 Bł: 37,9 sól: 4,5						
Dzieci	Paszтет drobiowy (50 g/ 1,3,6,10), Bułka pszenna (1 szt/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Papryka (50 g) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jaglane na mleku (450 ml/ 7)	Śliwka (1 szt)	Owocowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7) Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty włoskiej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Cebularz (1 szt/ 1)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 835,2 kcal B: 115,8 T: 76,5 kw. tł.: 29,5 W: 447,0 w tym cukry: 62,4 Bł: 33,2 sól: 6,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.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.						

22.11.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 214,3 kcal B: 73,5 T: 59,5 kw. tł.: 22,4 W: 371,1 w tym cukry: 51,4 Bł: 29,9 sól: 4,3						
z ogr. tłuszczu i węglowodanów	Szynka wędzona (60 g/ 1,6) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Sałata, Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (2 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata (250 ml)	Pasztet drobiowy (1 szt/1,3,6,9,10) chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 164,8 kcal B: 83,2 T: 70,8 kw. tł.: 22,8 W: 339,2 w tym cukry: 23,4 Bł: 43,6 sól: 6,6						
Bogatoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 322,3 kcal B: 81,2 T: 63,1 kw. tł.: 24,6 W: 382,3 w tym cukry: 53,2 Bł: 29,9 sól: 4,5						
Lekkostrawna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (120 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 214,3 kcal B: 73,5 T: 59,5 kw. tł.: 22,4 W: 371,1 w tym cukry: 51,4 Bł: 29,9 sól: 4,3						
z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/3), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)
E: 2 345,1 kcal B: 91,9 T: 58,8 kw. tł.: 27,2 W: 386,5 w tym cukry: 44,3 Bł: 29,3 sól: 4,4						

Ubogoenergetyczna	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 142,1 kcal B: 103,0 T: 53,8 kw. tł.: 17,2 W: 343,0 w tym cukry: 41,4 Bł: 35,4 sól: 4,2						
Ubogoresztkowa	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 093,1 kcal B: 73,9 T: 48,9 kw. tł.: 21,6 W: 360,6 w tym cukry: 46,9 Bł: 26,4 sól: 3,5						
Z ogr. tłuszczu	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Schab pieczony (60 g), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 192,5 kcal B: 85,8 T: 54,2 kw. tł.: 23,1 W: 362,9 w tym cukry: 47,8 Bł: 27,7 sól: 3,4						
Niskobiałkowa	Miód (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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Salatka 4 składnikowa (200 g/ 9,10), bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 125,0 kcal B: 39,9 T: 59,4 kw. tł.: 13,7 W: 389,9 w tym cukry: 59,2 Bł: 35,9 sól: 3,9						
Bezsolna	Miód (25 g), bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Bułka parówka (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 093,1 kcal B: 73,9 T: 48,9 kw. tł.: 21,6 W: 360,6 w tym cukry: 46,9 Bł: 26,4 sól: 3,5						
Papkowata, półpłynna	Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 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)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2 311,1 kcal B: 94,7 T: 53,0 kw. tł.: 25,9 W: 394,3 w tym cukry: 44,7 Bł: 34,0 sól: 5,1						

Bogatobialkowa	Szynka wędzona (60 g/ 1,6) Bułka pszenna (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Herbata z cukrem (250 ml) Ryż 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), marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2 385,7 kcal B: 108,8 T: 60,0 kw. tł.: 29,2 W: 385,2 w tym cukry: 40,7 Bł: 36,7 sól: 5,1						
Położnice	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biskopity (50 g/ 1,7)	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)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 497,3 kcal B: 86,1 T: 64,8 kw. tł.: 25,3 W: 417,2 w tym cukry: 70,9 Bł: 30,4 sól: 4,7						
Bezmięsne	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Ogórek kiszony (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 214,3 kcal B: 73,5 T: 59,5 kw. tł.: 22,4 W: 371,1 w tym cukry: 51,4 Bł: 29,9 sól: 4,3						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Marchewka gotowana (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Biskopity (50 g/ 1,7)	Jajko gotowane (1 szt/ 3), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 2 309,9 kcal B: 79,8 T: 53,9 kw. tł.: 23,1 W: 400,7 w tym cukry: 65,7 Bł: 30,1 sól: 2,8						
Dzieci	Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Herbata z cukrem (250 ml), Ryż na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ 1,7,9), Ryba panierowana pieczona (100 g/ 1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g), Surówka z kiszonej kapusty (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Naleśniki z serem (1 szt/ 1,3,7)	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)	Sok owocowy (1 szt)
E: 2 520,1 kcal B: 86,9 T: 68,3 kw. tł.: 24,7 W: 415,0 w tym cukry: 61,6 Bł: 31,0 sól: 4,4						
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.tubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

23.11.2024						
	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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ 1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ 1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 386,7 kcal B: 98,8 T: 69,4 kw. tł.: 23,7 W: 378,3 w tym cukry: 38,2 Bł: 40,8 sól: 4,8						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Twarożek (100 g/ 7) Chleb razowy (120 g/ 1,6), Pomidor (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt) Jogurt naturalny (180 g/ 7)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ 1,7,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/ 9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Herbata (250 ml)	Jajko gotowane (1 szt./ 3) chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 489,1 kcal B: 122,1 T: 76,3 kw. tł.: 21,4 W: 368,8 w tym cukry: 25,1 Bł: 44,1 sól: 7,0						
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)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ 1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ 1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 494,7 kcal B: 106,5 T: 73,0 kw. tł.: 25,8 W: 389,5 w tym cukry: 40,0 Bł: 40,8 sól: 5,1						
Lekkostrawna	Twarożek (100 g/ 7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ 1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ 1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6), Chleb pszenny (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Rzodkiewka (20 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
E: 2 386,7 kcal B: 98,8 T: 69,4 kw. tł.: 23,7 W: 378,3 w tym cukry: 38,2 Bł: 40,8 sól: 4,8						

Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółdkowego	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)
E: 2 738,9 kcal B: 136,6 T: 71,6 kw. tł.: 26,7 W: 419,8 w tym cukry: 35,5 Bł: 36,6 sól: 6,0						
Ubogoenergetyczna	Twarożek (100 g/7), Chleb razowy (120 g/1,6), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 2 142,1 kcal B: 103,0 T: 53,8 kw. tł.: 17,2 W: 343,0 w tym cukry: 41,4 Bł: 35,4 sól: 4,2						
Ubogoresztkowa	Twarożek (100 g/7) Bułka parówka (120 g/1) Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 2 178,1 kcal B: 106,2 T: 53,6 kw. tł.: 17,2 W: 347,2 w tym cukry: 39,0 Bł: 33,2 sól: 5,2						
Z ogr. tłuszczu	Twarożek (100 g/7), Bułka parówka (120 g/1), Kakao na mleku (250 ml/1,7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/1,7,9) Udziec drobiowy gotowany w jarzynach (170 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)		Kiełbasa szynkowa (60 g/1,6), Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g) Kawa na mleku (250 ml/1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/1)
E: 2 178,1 kcal B: 106,2 T: 53,6 kw. tł.: 17,2 W: 347,2 w tym cukry: 39,0 Bł: 33,2 sól: 5,2						

Dzieci	Twarożek (100 g/ 7), Chleb razowy (120 g/ 1,6), Pomidor (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7), Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Jarzynowa z zawiesiną (450 ml/ 1,7,9) Karczek duszony (85 g) w sosie (100 ml/ 1,7,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Sok owocowy (1 szt)	Kiełbasa krakowska (60 g/ 1,6) Chleb pszenny (120 g/ 1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Rzodkiewka (20 g) Kawa na mleku (250 ml/ 1,7)	Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ 1)
	E: 2 809,7 kcal B: 117,9 T: 80,8 kw. tł.: 29,4 W: 441,1 w tym cukry: 43,2 Bł: 42,9 sól: 5,3					
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

24.11.2024						
	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
Podstawowa	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 600,2 kcal B: 98,3 T: 113,2 kw. tł.: 35,0 W: 326,2 w tym cukry: 36,5 Bł: 30,9 sól: 10,5						
Z ogr. łatwo p. węglowodanów	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Herbata (250 ml)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Ryżanka (450 ml/ 9), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb razowy (120 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata (250 ml)	Kiełbasa szynkowa (60 g/ 1,6), chleb razowy (90 g/ 1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), pomidor (50 g) (dodatek insulinowy)
E: 2 195,7 kcal B: 102,8 T: 69,4 kw. tł.: 19,6 W: 317,3 w tym cukry: 21,8 Bł: 31,5 sól: 8,7						
Bogatoreszkowa	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 708,2 kcal B: 106,0 T: 116,8 kw. tł.: 37,1 W: 337,4 w tym cukry: 38,3 Bł: 30,9 sól: 10,8						
Lekkostrawna	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 260,4 kcal B: 102,2 T: 78,4 kw. tł.: 28,3 W: 316,4 w tym cukry: 33,3 Bł: 33,3 sól: 8,5						

z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (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)		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)
E: 2 554,1 kcal B: 125,5 T: 67,8 kw. tł.: 28,1 W: 392,9 w tym cukry: 43,7 Bł: 36,4 sól: 7,3						
Ubogoenergetyczna	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (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)		Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 077,9 kcal B: 94,7 T: 63,5 kw. tł.: 25,6 W: 307,7 w tym cukry: 43,7 Bł: 29,8 sól: 6,7						
Ubogoresztkowa	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (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)		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)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 105,1 kcal B: 97,3 T: 61,5 kw. tł.: 25,0 W: 318,8 w tym cukry: 41,7 Bł: 32,1 sól: 6,8						
Z ogr. tłuszczu	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Bułka parówka (120 g/ 1) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko pieczone (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)		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)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 105,1 kcal B: 97,3 T: 61,5 kw. tł.: 25,0 W: 318,8 w tym cukry: 41,7 Bł: 32,1 sól: 6,8						

Położnice	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt), jogurt naturalny (180 g/ 7)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 3 047,3 kcal B: 140,1 T: 113,0 kw. tł.: 44,7 W: 398,5 w tym cukry: 55,7 Bł: 34,0 sól: 8,7						
Bezmięsne	Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9) Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7)	Jabłko (1 szt)	Ryżanka (450 ml/ 9), Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/ 6,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)		Paprykarz (1 szt/ 1,4,6,9) Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 444,3 kcal B: 80,7 T: 96,3 kw. tł.: 25,8 W: 345,1 w tym cukry: 40,4 Bł: 35,6 sól: 8,6						
D. ubogobakteryjne podstawowe	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko pieczone (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ 1), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ 1), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (450 ml/ 1,7)
E: 3 005,4 kcal B: 132,5 T: 95,3 kw. tł.: 38,4 W: 438,2 w tym cukry: 66,2 Bł: 37,5 sól: 9,4						
Dzieci	Polędwica drobiowa (60 g/ 1,6), Chleb razowy (120 g/ 1,6) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7) Ogórek zielony (50 g) Kakao na mleku (250 ml/ 1,7) Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ 7)	Jabłko (1 szt)	Żurek z kiełbasą (450 ml/ 1,7,9) + chleb sitkowy (50 g/ 1), Schab gotowany w jarzynach (80 g/ 9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z kapusty czerwonej (150 g/ 9), kompot z owoców mr. (250 ml)	Deser z kaszą manną (1 szt/ 1,7)	Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ 9), Chleb sitkowy (120 g/ 1), masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7), Pomidor (50 g) Herbata z cukrem (250 ml)	Budyń słodka chwila (1 szt/ 1,7)
E: 2 764,4 kcal B: 124,1 T: 91,1 kw. tł.: 36,3 W: 394,7 w tym cukry: 55,2 Bł: 36,3 sól: 9,5						
Alergeny: 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.						

Sporządził: W. S./K.M./K.W.