

| 30.12.2024                                                                                  |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                 | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                     | II kolacja                                                                                                                        |
| Podstawowa                                                                                  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Flaki wołowe (450 ml/1,9) +<br>pieczywo (50 g/1),<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                                |
| E: 2 738,9 kcal B: 94,3 T: 92,8 kw. tł.: 30,0 W: 418,7 w tym cukry: 52,8 Bł: 40,5 sól: 6,2  |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                | Jajko gotowane (2 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                                  | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty białej (150 g/9), kompot z owoców mr. (250 ml)                                 |              | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata (250 ml)                      | Szynka konserwowa (60 g/1,6),<br>chleb razowy (90 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>pomidor (50 g)<br>(dodatek |
| E: 2 518,0 kcal B: 118,8 T: 82,8 kw. tł.: 24,6 W: 367,7 w tym cukry: 35,7 Bł: 47,1 sól: 7,0 |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Flaki wołowe (450 ml/1,9) +<br>pieczywo (50 g/1),<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                                |
| E: 2 846,9 kcal B: 102,0 T: 96,4 kw. tł.: 32,2 W: 429,9 w tym cukry: 54,6 Bł: 40,5 sól: 6,5 |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |
| Lekkostrawna                                                                                | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                         |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                                |
| E: 2 773,4 kcal B: 86,0 T: 85,4 kw. tł.: 27,3 W: 454,2 w tym cukry: 52,7 Bł: 42,9 sól: 5,5  |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                   |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                          |                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego                                             | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)     | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)              |
| E: 2 767,0 kcal B: 130,6 T: 84,4 kw. tł.: 30,8 W: 406,0 w tym cukry: 40,2 Bł: 37,7 sól: 5,0 |                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                          |                                                 |
| Ubogoenerygetyczna                                                                          | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)             | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)          | Polędwica sopocka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 505,7 kcal B: 115,8 T: 76,6 kw. tł.: 25,8 W: 375,2 w tym cukry: 41,9 Bł: 40,3 sól: 4,2 |                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                          |                                                 |
| Ubogoreszkowa                                                                               | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)     | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 541,7 kcal B: 119,0 T: 76,4 kw. tł.: 25,8 W: 379,4 w tym cukry: 39,5 Bł: 38,1 sól: 5,2 |                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                          |                                                 |
| Z ogr. tłuszczu                                                                             | Szynka konserwowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 523,1 kcal B: 119,9 T: 73,1 kw. tł.: 24,9 W: 381,0 w tym cukry: 39,8 Bł: 38,1 sól: 6,6 |                                                                                                                                                                     |                         |                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                          |                                                 |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>Niskobiałkowa</b>                                                                               | Dżem owocowy (50 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                        | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)       |                      | Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/9),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                     | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                    |
| <b>E: 2 268,3 kcal B: 43,9 T: 43,8 kw. tł.: 13,6 W: 431,3 w tym cukry: 85,1 Bł: 44,9 sól: 2,5</b>  |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |
| <b>Bezsolna</b>                                                                                    | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450                                  | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                               | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                    |
| <b>E: 2 562,7 kcal B: 113,3 T: 74,9 kw. tł.: 25,3 W: 396,4 w tym cukry: 66,2 Bł: 40,6 sól: 4,7</b> |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                        | Pasta z jajek (100 g/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)                            | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony mielony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    |                      | Schab pieczony mielony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                       | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)              |
| <b>E: 2 923,9 kcal B: 138,1 T: 98,5 kw. tł.: 38,0 W: 406,4 w tym cukry: 40,2 Bł: 37,7 sól: 5,2</b> |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                              | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)                          | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g),<br>ziemniaki gotowane (200 g),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                               | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)              |
| <b>E: 2 839,0 kcal B: 135,1 T: 88,2 kw. tł.: 32,9 W: 413,0 w tym cukry: 44,4 Bł: 39,9 sól: 4,3</b> |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |
| <b>Polożnice</b>                                                                                   | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Biszkopty (50 g/1,7) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Polędwica sopocka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 3 056,4 kcal B: 98,6 T: 90,7 kw. tł.: 30,1 W: 500,3 w tym cukry: 72,2 Bł: 43,4 sól: 6,0</b>  |                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                        |                      |                                                                                                                                                        |                                                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                           |                |                                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                             |                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Bezmieśne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                               | Pasta z grochu (100 g/9)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml)             | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                    |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>E: 2 720,7 kcal B: 82,6 T: 66,9 kw. tł.: 21,3 W: 497,6 w tym cukry: 80,3 Bł: 55,5 sól: 4,7</b>                                                                                         |                |                                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                             |                                                 |
| D. ubogobakteryjne podstawowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7)                          | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)       | Biszkopty (50 g/1,7)          | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>E: 3 143,0 kcal B: 100,6 T: 92,2 kw. tł.: 32,9 W: 518,2 w tym cukry: 73,2 Bł: 44,8 sól: 4,2</b>                                                                                        |                |                                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                             |                                                 |
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/9)<br>Kluski śląskie gotowane (300 g/1),<br>sos pomidorowy (100 ml/1,7),<br>surówka z kapusty białej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Kanapka z papryką (1 szt/1,6) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml)      | Polędwica sopocka (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>E: 3 130,5 kcal B: 103,0 T: 103,7 kw. tł.: 34,5 W: 488,2 w tym cukry: 53,3 Bł: 45,7 sól: 5,9</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.mieczaki i prod.pochodne.</b> |                                                                                                                                                                                           |                |                                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                             |                                                 |

| 31.12.2024                                                                                   |                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                              | Śniadanie                                                                                                        | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                    | II kolacja                                                                                    |
| Podstawowa                                                                                   | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)              | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)   |              | Paprykarz (1 szt/1,4,6,9)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                            | Ser topiony (1 szt/1,7),<br>pieczywo (30 g/1)                                                 |
| E: 2 603,4 kcal B: 105,4 T: 104,2 kw. tł.: 36,2 W: 345,8 w tym cukry: 47,4 Bł: 36,1 sól: 7,7 |                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                 | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6),<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 m)                         | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Grycikowa (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                        |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata (250 ml)          | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9),<br>Chleb razowy (90 g/1,6),<br>sałata (dodatek insulinowy) |
| E: 2 558,7 kcal B: 113,6 T: 78,3 kw. tł.: 23,8 W: 385,7 w tym cukry: 33,1 Bł: 41,8 sól: 6,6  |                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
| Bogatoresztkowa                                                                              | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)              | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)   |              | Paprykarz (1 szt/1,4,6,9)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                            | Ser topiony (1 szt/1,7),<br>pieczywo (30 g/1)                                                 |
| E: 2 711,4 kcal B: 113,1 T: 107,8 kw. tł.: 38,3 W: 357,0 w tym cukry: 49,2 Bł: 36,1 sól: 8,0 |                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
| Lekkostrawna                                                                                 | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)              | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser topiony (1 szt/1,7),<br>pieczywo (30 g/1)                                                 |
| E: 2 326,5 kcal B: 105,8 T: 72,1 kw. tł.: 30,3 W: 348,8 w tym cukry: 43,3 Bł: 38,4 sól: 5,8  |                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                            |                                                                                               |
| Z ogr. s. pobudz. wydziel. soku żółciowego                                                   | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Grycikowa (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                         | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                                                        |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>E: 2 644,1 kcal B: 125,0 T: 76,4 kw. tł.: 31,4 W: 397,2 w tym cukry: 37,6 Bł: 36,4 sól: 5,0</b> |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
| Ubogoresztkowa,<br>z ogr. tłuszczu                                                                 | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                                                  | Jabłko<br>pieczone (1<br>szt) | Grysikowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100<br>g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana<br>z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 199,9 kcal B: 102,4 T: 73,8 kw. tł.: 30,3 W: 312,7 w tym cukry: 32,9 Bł: 33,9 sól: 5,3</b> |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
| Ubogoenergetyczna                                                                                  | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/ <b>1,6</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                                             | Jabłko (1 szt)                | Grysikowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100<br>g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana<br>z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g)<br>Herbata (250 ml)         | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 194,9 kcal B: 100,7 T: 73,7 kw. tł.: 30,3 W: 313,9 w tym cukry: 34,0 Bł: 34,4 sól: 5,1</b> |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
| Niskobiałkowa                                                                                      | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ),<br>bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), masło<br>ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jabłko (1 szt)                | Grysikowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kasza gryczana gotowana z warzywami<br>(350 g/ <b>9</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                   |  | Kalafior gotowany (300 g), bułka<br>parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do<br>smarowania 55% tłuszczu (10 g).<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                     | Kisiel słodka chwila (1<br>szt/ <b>1</b> )                      |
| <b>E: 2 002,1 kcal B: 54,1 T: 35,6 kw. tł.: 14,8 W: 404,3 w tym cukry: 59,5 Bł: 49,2 sól: 3,4</b>  |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
| Bezsolna                                                                                           | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                                          | Jabłko (1 szt)                | Grysikowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100<br>g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana<br>z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1<br>szt/ <b>1</b> )                      |
| <b>E: 2 093,9 kcal B: 94,0 T: 59,9 kw. tł.: 22,2 W: 324,0 w tym cukry: 50,5 Bł: 32,4 sól: 4,1</b>  |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |
| Papkowata,<br>półpłynna                                                                            | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                               | Jabłko<br>pieczone (1<br>szt) | Grysikowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany mielony w jarzynach<br>(100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200<br>g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana<br>z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>mix do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza kukurydziana na<br>mleku (450 ml/7)                       |
| <b>E: 2 644,1 kcal B: 125,0 T: 76,4 kw. tł.: 31,4 W: 397,2 w tym cukry: 37,6 Bł: 36,4 sól: 5,0</b> |                                                                                                                                                        |                               |                                                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                            |                                                                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Bogatobiałkowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                                          | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Grysikowa (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                |                               | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                 | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)        |
| <b>E: 2 747,1 kcal B: 131,0 T: 79,9 kw. tł.: 33,6 W: 409,6 w tym cukry: 40,5 Bł: 36,9 sól: 5,0</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |
| Położnice                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Grysikowa (450 ml/ 1,9)<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                            | Krakersy (35 g/1)             | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)                     |
| <b>E: 2 833,0 kcal B: 131,7 T: 92,3 kw. tł.: 35,2 W: 401,6 w tym cukry: 47,0 Bł: 36,8 sól: 6,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |
| Bezmięsne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                                                   | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9),<br>Placki sojowe pieczone (350 g/1,3,6),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    |                               | Paprykarz (1 szt/1,4,6,9)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                      | Ser topiony (1 szt/1,7),<br>pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 449,9 kcal B: 110,4 T: 96,9 kw. tł.: 30,8 W: 327,8 w tym cukry: 50,2 Bł: 45,0 sól: 7,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |
| D. ubogobakteryjne podstawowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                        | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Grysikowa (450 ml/ 1,9)<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/1),<br>ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                  | Krakersy (35 g/1)             | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                    | Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)        |
| <b>E: 2 907,5 kcal B: 128,8 T: 96,1 kw. tł.: 37,0 W: 415,5 w tym cukry: 40,6 Bł: 37,4 sól: 6,4</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                        | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Galaretka z owocami (200 g/1) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Rzodkiewka (20 g),                           | Ser topiony (1 szt/1,7),<br>pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 913,2 kcal B: 153,9 T: 81,7 kw. tł.: 35,7 W: 426,6 w tym cukry: 72,3 Bł: 40,4 sól: 6,4</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> |                                                                                                                                                                       |                                              |                                                                                                                                                                                                   |                               |                                                                                                                                                                      |                                               |

| 01.01.2025                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                              | II śniadanie                                         | Obiad                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                              | II kolacja                                                                                                                                          |
| Podstawowa                                                                                  | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jabłko (1 szt)                                       | Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z<br>kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml) |              | Karczek pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix<br>do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)     | Miód (25 g), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )                                                                                                          |
| E: 2 094,5 kcal B: 75,7 T: 66,6 kw. tł.: 20,6 W: 331,6 w tym cukry: 46,9 Bł: 36,8 sól: 5,4  |                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |
| Z ogr. latwo p.<br>węglowodanów                                                             | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata (250 ml)         | Jabłko (1 szt),<br>jogurt<br>naturalny<br>(180 g/ 7) | Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z<br>kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)   |              | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>mix do smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml) | Ser biały (100 g/7),<br>chleb razowy (90<br>g/ <b>1,6</b> ), mix do<br>smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>pomidor (50 g)<br>(dodatek insulinowy) |
| E: 2 317,4 kcal B: 107,7 T: 71,3 kw. tł.: 23,8 W: 352,9 w tym cukry: 22,5 Bł: 45,1 sól: 5,9 |                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt<br>naturalny<br>(180 g/7)  | Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z<br>kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml) |              | Karczek pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix<br>do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)     | Miód (25 g), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )                                                                                                          |
| E: 2 202,5 kcal B: 83,4 T: 70,2 kw. tł.: 22,8 W: 342,8 w tym cukry: 48,7 Bł: 36,8 sól: 5,7  |                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |
| Lekkostrawna                                                                                | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Sałata<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jabłko (1 szt)                                       | Jarzynowa ze śmietaną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z<br>kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)  |              | Karczek pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix<br>do smarowania 55% tłuszczu<br>(10 g),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)     | Miód (25 g), pieczywo<br>(30 g/ <b>1</b> )                                                                                                          |
| E: 2 033,8 kcal B: 76,2 T: 63,9 kw. tł.: 20,6 W: 322,8 w tym cukry: 47,7 Bł: 37,4 sól: 5,3  |                                                                                                                                                        |                                                      |                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                  |                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego                                                     | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )  |
| <b>E: 2 642,3 kcal B: 116,0 T: 68,5 kw. tł.: 27,2 W: 421,0 w tym cukry: 36,8 Bł: 34,6 sól: 5,8</b> |                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                  |                                         |
| Ubogoenergetyczna                                                                                  | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)                                               | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)          | Miód (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 011,0 kcal B: 77,3 T: 49,6 kw. tł.: 16,3 W: 346,6 w tym cukry: 46,0 Bł: 36,8 sól: 3,8</b>  |                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                  |                                         |
| Ubogoresztkowa                                                                                     | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                       | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Miód (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 047,0 kcal B: 80,5 T: 49,4 kw. tł.: 16,3 W: 350,8 w tym cukry: 43,6 Bł: 34,6 sól: 4,9</b>  |                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                  |                                         |
| Z ogr. tłuszczu                                                                                    | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                       | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Miód (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 047,0 kcal B: 80,5 T: 49,4 kw. tł.: 16,3 W: 350,8 w tym cukry: 43,6 Bł: 34,6 sól: 4,9</b>  |                                                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                                                  |                                         |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                         |                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                                      | Miód (50 g), bułka parówka (120 g/1), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                | Jabłko (1 szt)                                 | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)                                    |  | Fasolka szparagowa gotowana (300 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Miód (25 g), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 298,5 kcal B: 50,2 T: 51,5 kw. tł.: 19,8 W: 423,6 w tym cukry: 61,2 Bł: 45,0 sól: 3,1</b>  |                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                         |                                |
| Bezsolna                                                                                           | Ser biały (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/ 1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                    | Jabłko (1 szt)                                 | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)      |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)          | Miód (25 g), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 099,6 kcal B: 89,0 T: 49,9 kw. tł.: 17,2 W: 354,2 w tym cukry: 43,3 Bł: 34,6 sól: 3,6</b>  |                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                         |                                |
| Papkowata, półpłynna                                                                               | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ 6,9)<br>Bułka parówka (120 g/ 1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt)                        | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona mielona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Makaron na mleku (450 ml/ 1,7) |
| <b>E: 2 828,6 kcal B: 112,5 T: 88,0 kw. tł.: 27,0 W: 426,0 w tym cukry: 37,3 Bł: 37,0 sól: 6,0</b> |                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                         |                                |
| Bogatobiałkowa                                                                                     | Polędwica sopocka (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)      | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (180 g/ 7) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml)      |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)          | Makaron na mleku (450 ml/ 1,7) |
| <b>E: 2 714,3 kcal B: 120,5 T: 72,3 kw. tł.: 29,4 W: 428,0 w tym cukry: 41,0 Bł: 36,8 sól: 5,0</b> |                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                         |                                |



| 02.01.2025                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                    | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                        | II śniadanie                                             | Obiad                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                | II kolacja                                                                                                                                                   |
| <b>Podstawowa</b>                                                                                  | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,10</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko<br>(1 szt)                                        | Fasolowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> )                                                                                        |
| <b>E: 2 684,5 kcal B: 107,4 T: 78,5 kw. tł.: 28,8 W: 425,0 w tym cukry: 40,4 Bł: 42,5 sól: 4,9</b> |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |
| <b>Z ogr. łatwo p. węglowodanów</b>                                                                | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                                                  | Jabłko<br>(1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron razowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi jarzynami (350 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Herbata (250 ml)                     | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek kiszony (50 g) (dodatek insulinowy) |
| <b>E: 2 301,4 kcal B: 99,9 T: 55,5 kw. tł.: 18,7 W: 383,9 w tym cukry: 26,1 Bł: 38,2 sól: 8,4</b>  |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |
| <b>Bogatoresztkowa</b>                                                                             | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,10</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko<br>(1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Fasolowa (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> )                                                                                        |
| <b>E: 2 792,5 kcal B: 115,1 T: 82,1 kw. tł.: 30,9 W: 436,2 w tym cukry: 42,2 Bł: 42,5 sól: 5,2</b> |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |
| <b>Lekkostrawna</b>                                                                                | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,10</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko<br>(1 szt)                                        | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> )                                                                                        |
| <b>E: 2 693,0 kcal B: 100,9 T: 79,8 kw. tł.: 29,1 W: 425,9 w tym cukry: 40,4 Bł: 37,6 sól: 4,9</b> |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                          |                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                              |

|                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>                                                               | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/ <b>7</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )  | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )                                                                                                  |
| <b>E: 2 826,5 kcal B: 121,6 T: 70,6 kw. tł.: 31,1 W: 456,0 w tym cukry: 37,5 Bł: 34,5 sól: 5,8</b>                  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |
| <b>Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu</b>                                                                               | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/ <b>7</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )  | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> )<br><u>z ogr. tłuszczu:</u> serek wiejski (1 szt/ <b>7</b> ) |
| <b>E: 2 648,2 kcal B: 112,7 T: 69,5 kw. tł.: 28,0 W: 419,9 w tym cukry: 37,6 Bł: 32,0 sól: 5,5</b>                  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |
| <b>Z ogr. tłuszczu- E: 2 732,3 kcal B: 122,7 T: 79,8 kw. tł.: 36,0 W: 407,0 w tym cukry: 37,2 Bł: 30,5 sól: 5,2</b> |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |
| <b>Ubogenergetyczna</b>                                                                                             | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )          | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> )                                                             |
| <b>E: 2 620,2 kcal B: 111,9 T: 67,9 kw. tł.: 27,6 W: 422,3 w tym cukry: 38,3 Bł: 37,0 sól: 4,9</b>                  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |
| <b>Niskobiałkowa</b>                                                                                                | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                        | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron pszenny z gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                |  | Ryż z jabłkiem (350 g/ <b>7</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                           | Sok pomidorowy (1 szt)                                                                                                            |
| <b>E: 2 233,7 kcal B: 51,7 T: 33,0 kw. tł.: 11,5 W: 467,1 w tym cukry: 67,2 Bł: 47,6 sól: 3,3</b>                   |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                           |                                                                                                                                   |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                             |                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>Bezsolna</b>                                                                                    | Filet drobi. gotowany w jarzynach (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)        | Jabłko (1 szt)                                | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                              |                       | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                               | Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo pszenne (30 g/1) |
| <b>E: 2 693,9 kcal B: 121,3 T: 68,3 kw. tł.: 27,6 W: 430,0 w tym cukry: 37,5 Bł: 36,6 sól: 4,6</b> |                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                             |                                                     |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                        | Pasztet drobiowy (1 szt/1,3,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                     | Jabłko (1 szt)                                | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                       | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                               | Ryż na mleku (450 ml/7)                             |
| <b>E: 2 885,5 kcal B: 113,0 T: 80,5 kw. tł.: 33,0 W: 457,4 w tym cukry: 37,3 Bł: 34,6 sól: 5,1</b> |                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                             |                                                     |
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                              | Szynka z indyka (60 g/1,6),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                         | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7)  | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9), marchewka gotowana (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                              |                       | Twarożek (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                              | Ryż na mleku (450 ml/7)                             |
| <b>E: 2 903,5 kcal B: 127,8 T: 74,5 kw. tł.: 33,2 W: 461,8 w tym cukry: 40,6 Bł: 36,2 sól: 5,2</b> |                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                             |                                                     |
| <b>Polożnice</b>                                                                                   | Pasztet drobiowy (50 g/1,3,6,10),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7)) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/1,9), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                      | Herbatniki (50 g/1,7) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo pszenne (30 g/1) |
| <b>E: 3 135,5 kcal B: 122,3 T: 90,6 kw. tł.: 35,0 W: 493,6 w tym cukry: 46,3 Bł: 40,9 sól: 5,5</b> |                                                                                                                                                                                              |                                               |                                                                                                                                                                                                                 |                       |                                                                                                             |                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Bezmięsne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pasztet sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )       | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                            |                                     | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                          | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 690,5 kcal B: 95,6 T: 79,8 kw. tł.: 23,7 W: 427,6 w tym cukry: 43,5 Bł: 46,7 sól: 5,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                       |
| D. ubogobakteryjne podstawowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,10</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), sos pomidorowy (100 ml/ <b>1,7</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> )      | Ser biały (100 g/ <b>7</b> ), miód (25 g),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> )                                      |
| <b>E: 3 154,8 kcal B: 115,2 T: 92,2 kw. tł.: 34,6 W: 505,4 w tym cukry: 64,4 Bł: 43,8 sól: 4,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                       |
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,10</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Makaron spaghetti z duszonym mięsem wieprzowym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>1,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                               | Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> ) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                          | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 837,5 kcal B: 107,7 T: 83,0 kw. tł.: 30,9 W: 448,8 w tym cukry: 52,5 Bł: 38,5 sól: 5,1</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                       |
| <b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne. |                                                                                                                                                                                                                                  |                         |                                                                                                                                                                                                                                            |                                     |                                                                                                                                                                 |                                                                       |

| 03.01.2025                                                                                  |                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                  |                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                        | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek | Kolacja                                                                                          | II kolacja                                                                                                                           |
| Podstawowa                                                                                  | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/1,7),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)                                                                                                       |
| E: 2 349,4 kcal B: 87,8 T: 68,5 kw. tł.: 22,6 W: 373,0 w tym cukry: 68,3 Bł: 31,9 sól: 4,1  |                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                  |                                                                                                                                      |
| z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                | Szynka delikatesowa (60 g/ 1,6),<br>Chleb razowy (120 g/ 1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Ogórek zielony (50 g)<br>Herbata (250 ml)                 | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9),<br>Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Sałata<br>Herbata (250 ml)           | Ser żółty (70 g/1,7)<br>chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>rzodkiewka (20 g)<br>(dodatek insulinowy) |
| E: 2 318,6 kcal B: 105,5 T: 80,1 kw. tł.: 27,8 W: 332,9 w tym cukry: 24,2 Bł: 41,8 sól: 6,6 |                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                  |                                                                                                                                      |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/1,7),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)                                                                                                       |
| E: 2 457,4 kcal B: 95,5 T: 72,1 kw. tł.: 24,8 W: 384,2 w tym cukry: 70,1 Bł: 31,9 sól: 4,3  |                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                  |                                                                                                                                      |
| Lekkostrawna                                                                                | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/1,7),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/1,7,9),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)                                                                                                       |
| E: 2 349,4 kcal B: 87,8 T: 68,5 kw. tł.: 22,6 W: 373,0 w tym cukry: 68,3 Bł: 31,9 sól: 4,1  |                                                                                                                                                                  |                                              |                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                  |                                                                                                                                      |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                               |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego                                                   | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)  |  | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)                                              | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 594,6 kcal B: 96,8 T: 72,3 kw. tł.: 23,8 W: 417,3 w tym cukry: 59,8 Bł: 33,2 sól: 4,6</b> |                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                               |                                         |
| Ubogoenerygetyczna                                                                                | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )          | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ), Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), Herbata (250 ml)                                                      | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)          |
| <b>E: 2 281,8 kcal B: 80,7 T: 63,0 kw. tł.: 19,4 W: 376,8 w tym cukry: 74,0 Bł: 33,1 sól: 4,1</b> |                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                               |                                         |
| Ubogoresztkowa                                                                                    | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)                                              | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)          |
| <b>E: 2 377,1 kcal B: 83,2 T: 65,1 kw. tł.: 20,0 W: 389,8 w tym cukry: 73,7 Bł: 29,9 sól: 4,3</b> |                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                               |                                         |
| Z ogr. tłuszczu                                                                                   | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ), Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml) Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ), Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Polędwica drobiowa (60 g/ <b>1,6</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml)    | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)          |
| <b>E: 2 123,9 kcal B: 77,5 T: 38,3 kw. tł.: 15,4 W: 390,8 w tym cukry: 73,7 Bł: 29,9 sól: 5,4</b> |                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                               |                                         |
| Niskobiałkowa                                                                                     | Dżem owocowy (50 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ) Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7) Herbata z cukrem (250 ml)                                                        | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ), Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g/ <b>1</b> ), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                   |  | Bukiet warzyw gotowany (300 g/ <b>9</b> ), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)          |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| <b>E: 2 081,5 kcal B: 43,1 T: 44,0 kw. tł.: 16,4 W: 414,0 w tym cukry: 72,7 Bł: 39,1 sól: 3,2</b>  |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |
| <b>Bezsolna</b>                                                                                    | Dżem owocowy (25 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )                         | Jabłko (1 szt)                                        | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |                               | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                      | Kisiel słodka chwila (1 szt/ <b>1</b> )          |
| <b>E: 2 377,1 kcal B: 83,2 T: 65,1 kw. tł.: 20,0 W: 389,8 w tym cukry: 73,7 Bł: 29,9 sól: 4,3</b>  |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                        | Dżem owocowy (25 g), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )                         | Jabłko pieczone (1 szt)                               | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |                               | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                      | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> ) |
| <b>E: 2 594,6 kcal B: 96,8 T: 72,3 kw. tł.: 23,8 W: 417,3 w tym cukry: 59,8 Bł: 33,2 sól: 4,6</b>  |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                              | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka pszenna (1 szt/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Krupnik jaglany (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,4,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |                               | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                     | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/ <b>7</b> ) |
| <b>E: 2 613,9 kcal B: 112,7 T: 71,1 kw. tł.: 25,2 W: 418,3 w tym cukry: 47,0 Bł: 41,4 sól: 5,9</b> |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |
| <b>Poloźnice</b>                                                                                   | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )                  | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/ <b>7</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> ) | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Kisiel słodka chwila (1 szt/ <b>1</b> )          |
| <b>E: 2 598,4 kcal B: 100,1 T: 74,5 kw. tł.: 25,2 W: 409,4 w tym cukry: 71,9 Bł: 33,4 sól: 4,7</b> |                                                                                                                                                                                                              |                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |                               |                                                                                                                             |                                                  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                          |                                                                                                                             |                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Bezmięsne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml,<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)              |                                          | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Kisiel słodka chwila (1 szt/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 349,4 kcal B: 87,8 T: 68,5 kw. tł.: 22,6 W: 373,0 w tym cukry: 68,3 Bł: 31,9 sól: 4,1</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                          |                                                                                                                             |                                         |
| D. ubogobakteryjne podstawowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml,<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Jarzynka gotowana (150 g/ <b>1,9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Paluszki (35 g/ <b>1,11</b> )            | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )           | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 692,8 kcal B: 104,8 T: 78,7 kw. tł.: 26,5 W: 421,6 w tym cukry: 54,6 Bł: 36,1 sól: 4,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                          |                                                                                                                             |                                         |
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dżem owocowy (25 g), Bułeczka maślana (1 szt/ <b>1,7</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml,<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Barszcz ukraiński z fasolką szparagową (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/ <b>1,3,4</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z porów (150 g/7),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)              | Naleśniki z serem (1 szt/ <b>1,3,7</b> ) | Pasta z jajek (100 g/ <b>3,10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Sałata<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Kisiel słodka chwila (1 szt/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 655,1 kcal B: 101,2 T: 77,2 kw. tł.: 24,9 W: 416,9 w tym cukry: 78,4 Bł: 32,9 sól: 4,2</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> |                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                                                                             |                                          |                                                                                                                             |                                         |

| 04.01.2025                                                                                 |                                                                                                                                                                      |                                               |                                                                                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                            | Śniadanie                                                                                                                                                            | II śniadanie                                  | Obiad                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                        | II kolacja                                                                                                                                    |
| Podstawowa                                                                                 | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                                          |
| E: 2 292,4 kcal B: 91,8 T: 83,4 kw. tł.: 26,1 W: 331,6 w tym cukry: 31,1 Bł: 40,2 sól: 6,0 |                                                                                                                                                                      |                                               |                                                                                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                               | Twarożek (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                                                       | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7)  | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Herbata (250 ml)         | Jajko gotowane (1 szt/3), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), ogórek zielony (50 g) (dodatek insulinowy) |
| E: 2 297,8 kcal B: 98,5 T: 74,4 kw. tł.: 19,7 W: 350,2 w tym cukry: 20,8 Bł: 44,5 sól: 5,0 |                                                                                                                                                                      |                                               |                                                                                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |
| Bogatoresztkowa                                                                            | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt),<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                                          |
| E: 2 400,4 kcal B: 99,5 T: 87,0 kw. tł.: 28,2 W: 342,8 w tym cukry: 32,9 Bł: 40,2 sól: 6,3 |                                                                                                                                                                      |                                               |                                                                                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |
| Lekkostrawna                                                                               | Twarożek (100 g/7)<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                   | Jabłko (1 szt)                                | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                                          |
| E: 2 214,4 kcal B: 91,7 T: 72,5 kw. tł.: 19,6 W: 336,2 w tym cukry: 31,2 Bł: 40,2 sól: 4,6 |                                                                                                                                                                      |                                               |                                                                                                                                                                                                           |              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                               |

|                                                                                             |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                |                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego                                              | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7),<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/1,7,9),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                 |
| E: 2 788,1 kcal B: 127,0 T: 81,0 kw. tł.: 31,5 W: 419,2 w tym cukry: 28,7 Bł: 34,8 sól: 4,8 |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                |                                                    |
| Ubogoenergetyczna                                                                           | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                    | Jabłko (1 szt)          | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/1,7,9),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)             | Pasztet drobiowy (50 g/1,3,6,9), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 247,6 kcal B: 93,1 T: 73,4 kw. tł.: 22,8 W: 338,4 w tym cukry: 29,6 Bł: 38,0 sól: 3,0  |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                |                                                    |
| Ubogoresztkowa                                                                              | Twarożek (100 g/7)<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                       | Jabłko (1 szt)          | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/1,7,9),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/1,3,6,9), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 309,6 kcal B: 96,1 T: 72,8 kw. tł.: 22,7 W: 349,2 w tym cukry: 27,0 Bł: 34,6 sól: 4,6  |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                |                                                    |
| Z ogr. tłuszczu                                                                             | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                     | Jabłko pieczone (1 szt) | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/1,7,9),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/1,9), szpinak gotowany (170 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Pasztet drobiowy (50 g/1,3,6,9), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 309,6 kcal B: 96,1 T: 72,8 kw. tł.: 22,7 W: 349,2 w tym cukry: 27,0 Bł: 34,6 sól: 4,6  |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                |                                                    |

|                                                                                             |                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                       |                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                               | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)       | Jabłko (1 szt)                                        | Ziemniaczanka (450 ml/ <b>9</b> )<br>Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/ <b>1,9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                             |  | Salátka jarzynowa (200 g/ <b>9,10</b> ), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> ) |
| E: 2 239,5 kcal B: 57,7 T: 46,2 kw. tł.: 11,5 W: 423,0 w tym cukry: 47,4 Bł: 50,4 sól: 3,7  |                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                       |                                                         |
| Bezsolna                                                                                    | Twarożek (100 g/ <b>7</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                  | Jabłko (1 szt)                                        | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)            | Dżem owocowy (25 g), pieczywo pszenne (30 g/ <b>1</b> ) |
| E: 2 233,6 kcal B: 92,8 T: 62,2 kw. tł.: 20,6 W: 357,3 w tym cukry: 35,6 Bł: 35,2 sól: 3,9  |                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                       |                                                         |
| Papkowata, półpłynna                                                                        | Twarożek (100 g/ <b>7</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ),<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )  | Jabłko pieczone (1 szt)                               | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona mielona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )             |
| E: 2 788,1 kcal B: 127,0 T: 81,0 kw. tł.: 31,5 W: 419,2 w tym cukry: 28,7 Bł: 34,8 sól: 4,8 |                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                       |                                                         |
| Bogatobiałkowa                                                                              | Twarożek (100 g/ <b>7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ),<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), szpinak gotowany (170 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)         | Płatki jaglane na mleku (450 ml/ <b>7</b> )             |
| E: 2 865,1 kcal B: 133,2 T: 84,9 kw. tł.: 33,7 W: 425,0 w tym cukry: 31,8 Bł: 36,5 sól: 4,2 |                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                       |                                                         |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                                                                                                       |                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>Poloźnice</b>                                                                                   | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 683,3 kcal B: 112,8 T: 95,0 kw. tł.: 33,4 W: 383,8 w tym cukry: 76,0 Bł: 41,6 sól: 6,5</b> |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                                                                                                       |                                                             |
| <b>Beźmięśne</b>                                                                                   | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                               | Jabłko (1 szt)                               | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kaszotto jęczmienne z kostką sojową z warzywami gotowanymi (350 g/ <b>1,6,9</b> ),<br>kalafior gotowany (150 g), kompot z owoców mr. (250 ml)       |                              | Pasta z grochu (100 g/9)<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)              | Dżem owocowy (25 g),<br>pieczywo pszenne (30 g/1)           |
| <b>E: 2 257,7 kcal B: 97,3 T: 53,7 kw. tł.: 19,1 W: 400,3 w tym cukry: 42,0 Bł: 58,4 sól: 4,0</b>  |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                                                                                                       |                                                             |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>                                                               | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                          |
| <b>E: 3 027,5 kcal B: 132,8 T: 93,9 kw. tł.: 39,6 W: 452,1 w tym cukry: 60,1 Bł: 42,4 sól: 5,7</b> |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                           |                              |                                                                                                                                       |                                                             |
| <b>Dzieci</b>                                                                                      | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                               | Ziemniaczanka z zawiesiną (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kasza z sosem z duszonego mięsa wieprzowego i gotowanymi warzywami (350 g/ <b>1,9</b> ), kalafior gotowany (150 g),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Salatka z kapustą pekińską i filetem drobiowym duszonym (240 g/ <b>10</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), pieczywo (30 g/1) |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>E: 2 497,3 kcal B: 105,0 T: 80,5 kw. tł.: 24,7 W: 377,2 w tym cukry: 74,2 Bł: 41,6 sól: 4,9</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Alergeny:</b> 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. |

| 05.01.2025                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                                                                          |                 |                                                                                                                                             |                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                  | II śniadanie                                   | Obiad                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek    | Kolacja                                                                                                                                     | II kolacja                                                                              |
| Podstawowa                                                                                  | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                 | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    |                 | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                                                            |
| E: 2 358,3 kcal B: 91,5 T: 69,8 kw. tł.: 16,0 W: 372,0 w tym cukry: 60,6 Bł: 35,5 sól: 5,2  |                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                                                                          |                 |                                                                                                                                             |                                                                                         |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g)<br>Herbata (250 ml)                     | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (180 g/ 7) | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                 | Szab pieczony (60 g),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 ml)    | Serek naturalny (1 szt/7) chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), sałata (dodatek insulinowy) |
| E: 2 397,6 kcal B: 111,0 T: 75,3 kw. tł.: 27,6 W: 353,1 w tym cukry: 22,1 Bł: 37,8 sól: 6,6 |                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                                                                          |                 |                                                                                                                                             |                                                                                         |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (180 g/7)  | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    | Jabłko (1 szt.) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                                                            |
| E: 2 466,3 kcal B: 99,2 T: 73,4 kw. tł.: 18,2 W: 383,2 w tym cukry: 62,4 Bł: 35,5 sól: 5,5  |                                                                                                                                                                            |                                                |                                                                                                                                                                                                                          |                 |                                                                                                                                             |                                                                                         |
| Lekkostrawna                                                                                | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                 | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                 | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                                                            |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| E: 2 312,5 kcal B: 89,8 T: 64,9 kw. tł.: 15,7 W: 374,5 w tym cukry: 61,4 Bł: 36,9 sól: 5,3  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |
| z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego                                              | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |
| E: 2 547,1 kcal B: 120,9 T: 67,0 kw. tł.: 27,7 W: 391,6 w tym cukry: 43,6 Bł: 30,5 sól: 5,8 |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |
| Ubogoenergetyczny na                                                                        | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                  | Jabłko (1 szt)          | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)          | Sok owocowo-warzywny (1 szt)               |
| E: 1 979,0 kcal B: 83,4 T: 46,8 kw. tł.: 16,6 W: 334,3 w tym cukry: 69,8 Bł: 32,5 sól: 5,2  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |
| Ubogoresztkowa                                                                              | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                   | Jabłko pieczone (1 szt) | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)               |
| E: 2 006,2 kcal B: 86,0 T: 44,8 kw. tł.: 16,0 W: 345,4 w tym cukry: 67,9 Bł: 34,9 sól: 5,3  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |
| Z ogr. tłuszczu                                                                             | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                   | Jabłko pieczone (1 szt) | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)               |
| E: 2 006,2 kcal B: 86,0 T: 44,8 kw. tł.: 16,0 W: 345,4 w tym cukry: 67,9 Bł: 34,9 sól: 5,3  |                                                                                                                                                                                                          |                         |                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                    |                                            |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                               |                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                                      | Makaron pszenny z truskawkami (350 g/ <b>1,7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                                                                      | Jabłko (1 szt)                                         | Ryżanka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                            |  | Sos grecki (200 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)               |
| <b>E: 1 963,0 kcal B: 37,3 T: 30,9 kw. tł.: 5,3 W: 417,1 w tym cukry: 101,5 Bł: 37,9 sól: 2,4</b>  |                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                               |                                            |
| Bezsolna                                                                                           | Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                         | Jabłko (1 szt)                                         | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)            | Sok owocowo-warzywny (1 szt)               |
| <b>E: 2 020,5 kcal B: 96,3 T: 42,1 kw. tł.: 14,8 W: 346,0 w tym cukry: 68,4 Bł: 36,2 sól: 4,2</b>  |                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                               |                                            |
| Papkowata, półpłynna                                                                               | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt)                                | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)            | Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |
| <b>E: 2 706,4 kcal B: 116,3 T: 74,5 kw. tł.: 27,0 W: 418,2 w tym cukry: 45,7 Bł: 32,2 sól: 5,7</b> |                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                               |                                            |
| Bogatobiałkowa                                                                                     | Kiełbasa szynkowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )    | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Ryżanka (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)               | Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |
| <b>E: 2 630,9 kcal B: 126,7 T: 70,7 kw. tł.: 29,9 W: 399,4 w tym cukry: 46,7 Bł: 31,5 sól: 6,1</b> |                                                                                                                                                                                                                      |                                                        |                                                                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                               |                                            |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                              |                                                                                                                                                                                                                       |                                             |                                                                                                                                                |                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Polożnice                                                                                   | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt<br>naturalny<br>(180 g/ <b>7</b> ) | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Budyń słodka<br>chwila (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-<br>warzywny (1 szt)              |
| E: 2 973,3 kcal B: 121,8 T: 87,2 kw. tł.: 26,3 W: 458,5 w tym cukry: 84,3 Bł: 37,7 sól: 6,1 |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                              |                                                                                                                                                                                                                       |                                             |                                                                                                                                                |                                               |
| Bezmięśne                                                                                   | Pasta sojowo- warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                              | Jabłko (1 szt)                                               | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Placki ziemniaczane tarte smażone (350 g/ <b>1,3</b> ), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                     |                                             | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-<br>warzywny (1 szt)              |
| E: 2 477,5 kcal B: 70,8 T: 74,8 kw. tł.: 14,4 W: 412,9 w tym cukry: 64,1 Bł: 39,1 sól: 5,2  |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                              |                                                                                                                                                                                                                       |                                             |                                                                                                                                                |                                               |
| D. ubogobakteryjne<br>podstawowe                                                            | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko<br>pieczone<br>(1 szt)                                | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Kotlet z fileta drobiowego pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)           | Budyń słodka<br>chwila (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza manna na<br>mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |
| E: 3 041,8 kcal B: 131,7 T: 85,0 kw. tł.: 29,5 W: 468,0 w tym cukry: 67,5 Bł: 35,1 sól: 6,3 |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                              |                                                                                                                                                                                                                       |                                             |                                                                                                                                                |                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                                                                                                                                                                                                                          |                                             |                                                                                                                                                |                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kiełbasa krakowska (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Płatki owsiane na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko<br>(1 szt) | Koperkowa z ryżem (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Pulpet drobiowy gotowany w jarzynach<br>(100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z czerwonej kapusty (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Budyń słodka<br>chwila (1 szt/ <b>1,7</b> ) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-<br>warzywny (1 szt) |
| <b>E: 2 819,5 kcal B: 112,4 T: 78,7 kw. tł.: 23,8 W: 449,8 w tym cukry: 83,3 Bł: 39,1 sól: 6,0</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                                                                                                                                                                                                                          |                                             |                                                                                                                                                |                                  |
| <b>Alergeny:</b> 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.