

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u> )</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )</p> <p>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )</p> <p>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Salata zielona 10 g</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta z bialek 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )</p> <p>Ryba faszerowana (dorsz) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Pomidor b/skórki 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )</p> <p>Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> )</p> <p>Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )		Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	<p>Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki () 180 g</p> <p>Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 120 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Siedz z cebulką w oleju 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Brokuł gotowany* 200 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Marchew gotowana z olejem () 200 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> )</p> <p>Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g</p> <p>Brokuł gotowany* 100 g</p> <p>Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>
	PD	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )			<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Pomidor 50 g</p>	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	<p>Chleb żytni pełnoziarnisty 30 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> )</p> <p>Pomidor 50 g</p>
	Kolacja	<p>Płatki żytnie na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta drobiowo-warzywana z udzca kurczaka* 70 g ( <u>SEL.</u> )</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Dżem 25 g 1 szt</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )</p> <p>Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Pasta drobiowo-warzywana z udzca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Pomidor b/skórki 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )</p> <p>Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> )</p> <p>Salata zielona 10 g</p> <p>Ogórek kiszony 100 g</p> <p>Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>
	PN		Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> )		Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g
		E: 2484.72 kcal; B: 106.59 g; T: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.30 g; W: 403.68 g; W tym cukry: 73.98 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 8.57 g;	E: 2402.39 kcal; B: 79.29 g; T: 75.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; W: 361.40 g; W tym cukry: 90.96 g; Bł.: 31.22 g; Sól: 7.65 g;	E: 2224.67 kcal; B: 93.57 g; T: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; W: 356.13 g; W tym cukry: 85.79 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 7.03 g;	E: 2649.36 kcal; B: 116.44 g; T: 59.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.26 g; W: 423.91 g; W tym cukry: 99.93 g; Bł.: 34.88 g; Sól: 9.09 g;	E: 2836.38 kcal; B: 113.05 g; T: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; W: 465.09 g; W tym cukry: 135.39 g; Bł.: 41.42 g; Sól: 9.16 g;	E: 2243.14 kcal; B: 108.14 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; W: 319.66 g; W tym cukry: 47.19 g; Bł.: 36.57 g; Sól: 8.88 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca
Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> , Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 50 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml			Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ,	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> ,	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ,
Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Ryż na sypko 180 g Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , Sos ziołowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 120 g ( <u>SEL</u> , Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> , Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Buraczki po francusku z olejem () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> , Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> , Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ</u> , Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> , Buraczki po francusku z olejem b/c () 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 5 g ( <u>MLE</u> , Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Salata zielona 10 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Ryż na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> , Surówka z marchwi b/c () (z olejem) 100 g ( <u>MLE</u> , Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN			Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> , Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g
	E: 2704.31 kcal; B: 99.63 g; T: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; W: 444.28 g; W tym cukry: 101.65 g; Bł.: 31.03 g; Sól: 9.78 g;	E: 2667.79 kcal; B: 105.51 g; T: 87.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 388.40 g; W tym cukry: 79.28 g; Bł.: 36.55 g; Sól: 11.02 g;	E: 2449.74 kcal; B: 105.81 g; T: 65.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.34 g; W: 378.57 g; W tym cukry: 86.64 g; Bł.: 34.51 g; Sól: 9.61 g;	E: 2870.30 kcal; B: 123.05 g; T: 76.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.68 g; W: 444.78 g; W tym cukry: 95.82 g; Bł.: 37.67 g; Sól: 11.81 g;	E: 2785.45 kcal; B: 126.36 g; T: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; W: 448.74 g; W tym cukry: 117.84 g; Bł.: 34.25 g; Sól: 9.59 g;	E: 2438.59 kcal; B: 119.69 g; T: 73.46 g; Kw. tł. nasy.: 27.13 g; W: 349.97 g; W tym cukry: 43.53 g; Bł.: 39.53 g; Sól: 10.62 g;



	BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAŁ- W SZ Podstawowa	BIAŁ- W SZ Łatwo strawna	BIAŁ- W SZ Bogatobiałkowa	BIAŁ- W SZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAŁ- W SZ Cukrzyca
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ( <u>MLE</u> ) ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Poledwica Sopotka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody 50 g ( <u>SOJ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Rolaża z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml			Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Sałata zielona 10 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 120 g ( <u>GLU PSZ</u> )	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy ( ) 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	
Kolejca	Kasza manna na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 70 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN		Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> )	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g
	E: 2742.08 kcal; B: 104.10 g; T: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 446.53 g; W tym cukry: 104.49 g; Bł.: 27.13 g; Sól: 8.85 g;	E: 2517.41 kcal; B: 112.66 g; T: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; W: 389.98 g; W tym cukry: 97.48 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 7.69 g;	E: 2441.32 kcal; B: 105.01 g; T: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; W: 388.75 g; W tym cukry: 88.43 g; Bł.: 28.04 g; Sól: 7.39 g;	E: 2902.43 kcal; B: 124.35 g; T: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; W: 468.33 g; W tym cukry: 120.38 g; Bł.: 30.06 g; Sól: 9.58 g;	E: 3051.38 kcal; B: 129.40 g; T: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 470.29 g; W tym cukry: 119.48 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 9.57 g;	E: 2474.69 kcal; B: 120.68 g; T: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 350.93 g; W tym cukry: 50.56 g; Bł.: 39.10 g; Sól: 11.34 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
II ŚN	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g
Obiad	Ryżowa () 350 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Gyros z kurczaka 90 g ( <u>GOR.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 10 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 20 g Salata zielona 10 g
Kolacja	Makaron na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN		Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Salata zielona 20 g
	E: 2448.50 kcal; B: 88.27 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 415.91 g; W tym cukry: 90.35 g; Bł.: 27.94 g; Sól: 10.53 g;	E: 2574.28 kcal; B: 102.52 g; T: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; W: 365.40 g; W tym cukry: 100.03 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 10.82 g;	E: 2388.22 kcal; B: 97.67 g; T: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; W: 381.78 g; W tym cukry: 101.98 g; Bł.: 33.05 g; Sól: 8.90 g;	E: 3048.01 kcal; B: 120.53 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; W: 474.96 g; W tym cukry: 101.38 g; Bł.: 36.15 g; Sól: 11.77 g;	E: 2891.86 kcal; B: 114.83 g; T: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; W: 488.73 g; W tym cukry: 141.83 g; Bł.: 38.99 g; Sól: 9.86 g;	E: 2478.45 kcal; B: 99.63 g; T: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; W: 355.48 g; W tym cukry: 40.38 g; Bł.: 36.42 g; Sól: 11.34 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2023-12-06 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Pomidor 50 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Pomidor 50 g
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Kolacja	Płatki pszenne na mleku 350 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 70 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt			Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozdz.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 20 g Sałata zielona 10 g
	E: 2844.18 kcal; B: 107.50 g; T: 60.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; W: 476.29 g; W tym cukry: 117.18 g; Bł.: 26.50 g; Sól: 9.23 g;	E: 2506.44 kcal; B: 99.79 g; T: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; W: 384.63 g; W tym cukry: 72.42 g; Bł.: 34.28 g; Sól: 9.73 g;	E: 2526.89 kcal; B: 102.66 g; T: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; W: 402.20 g; W tym cukry: 82.70 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 7.99 g;	E: 2896.54 kcal; B: 121.72 g; T: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; W: 469.17 g; W tym cukry: 96.58 g; Bł.: 37.49 g; Sól: 10.12 g;	E: 2736.67 kcal; B: 111.68 g; T: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; W: 450.34 g; W tym cukry: 103.98 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 8.63 g;	E: 2420.83 kcal; B: 114.28 g; T: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; W: 355.13 g; W tym cukry: 51.48 g; Bł.: 36.25 g; Sól: 8.36 g;	

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ryba faszzerowana (miruna) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj (bez soli) 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Ryba faszzerowana (dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ()(bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta drobiowo-warzywiana z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )	Wafle ryżowe 30 g Jabłko 1 szt 1 szt
	E: 1688.06 kcal; B: 88.72 g; T: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.89 g; W: 237.63 g; W tym cukry: 59.97 g; Bł.: 23.85 g; Sól: 5.08 g;	E: 2293.32 kcal; B: 90.21 g; T: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; W: 396.62 g; W tym cukry: 81.80 g; Bł.: 34.57 g; Sól: 8.28 g;	E: 2613.97 kcal; B: 110.72 g; T: 43.96 g; Kw. tł. nasy.: 12.83 g; W: 454.60 g; W tym cukry: 112.72 g; Bł.: 35.03 g; Sól: 8.68 g;	E: 2381.68 kcal; B: 99.86 g; T: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; W: 391.80 g; W tym cukry: 87.41 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 6.52 g;	E: 2090.84 kcal; B: 100.84 g; T: 33.28 g; Kw. tł. nasy.: 5.71 g; W: 357.14 g; W tym cukry: 90.97 g; Bł.: 30.87 g; Sól: 6.20 g;	E: 2112.75 kcal; B: 75.17 g; T: 48.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.59 g; W: 351.52 g; W tym cukry: 105.40 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 3.18 g;	

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskłowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym () 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> )		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Buraczki gotowane () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli) () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Gulasz wieprzowy (bez soli) 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 180 g Gulasz wieprzowy (bez glutenu) 150 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi b/c () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	E: 1661.51 kcal; B: 98.83 g; T: 41.73 g; Kw. tł. nasy.: 11.23 g; W: 240.62 g; W tym cukry: 48.60 g; Bł.: 27.06 g; Sól: 7.38 g;	E: 2297.64 kcal; B: 94.87 g; T: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 13.52 g; W: 383.41 g; W tym cukry: 62.37 g; Bł.: 33.85 g; Sól: 10.42 g;	E: 2685.66 kcal; B: 111.76 g; T: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 13.56 g; W: 461.21 g; W tym cukry: 123.14 g; Bł.: 33.19 g; Sól: 8.21 g;	E: 2581.10 kcal; B: 109.63 g; T: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; W: 411.28 g; W tym cukry: 85.28 g; Bł.: 36.49 g; Sól: 8.16 g;	E: 2287.94 kcal; B: 114.74 g; T: 47.92 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; W: 359.71 g; W tym cukry: 107.35 g; Bł.: 29.28 g; Sól: 5.42 g;	E: 2209.44 kcal; B: 88.91 g; T: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.56 g; W: 339.79 g; W tym cukry: 79.63 g; Bł.: 25.27 g; Sól: 4.99 g;	

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 50 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatkı więprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Rolada z łopatkı więprzowej 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pызdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Obiad	Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Grysiwka () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy*(bez mleka) 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Grysiwka (bez soli) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem ()(bez soli) 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s (bez soli) 150 g Sos koperkowy*(bez soli) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski*(bez soli) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysiwka () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g		Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki (bez soli) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki (bez soli) 50 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Rolada z łopatkı więprzowej 40 g	Jabłko 1 szt 1 szt Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		E: 1860.62 kcal; B: 117.34 g; T: 50.75 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; W: 244.96 g; W tym cukry: 47.24 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 6.24 g;	E: 2345.48 kcal; B: 113.05 g; T: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.61 g; W: 352.96 g; W tym cukry: 55.67 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 9.43 g;	E: 2924.45 kcal; B: 122.99 g; T: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.71 g; W: 454.37 g; W tym cukry: 106.93 g; Bł.: 35.06 g; Sól: 7.73 g;	E: 2578.27 kcal; B: 122.16 g; T: 72.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; W: 366.43 g; W tym cukry: 60.95 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 7.56 g;	E: 2316.28 kcal; B: 103.42 g; T: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 14.60 g; W: 342.47 g; W tym cukry: 86.08 g; Bł.: 32.38 g; Sól: 6.44 g;	E: 2426.07 kcal; B: 106.28 g; T: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 19.34 g; W: 355.99 g; W tym cukry: 89.77 g; Bł.: 21.54 g; Sól: 4.56 g;

	BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna	BIAŁ- WSZ Niskosodowa	BIAŁ- WSZ Trzuskowa	BIAŁ- WSZ Bezglutenowa	
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>SEL</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , ) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> , ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , ) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> , ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> , ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml ( <u>MLE</u> , )		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Obiad	Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE, SEL</u> , ) Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Sos jarzynowy () 70 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <u>SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , ) Makaron z serem (bez soli) 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> , ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , ) Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> , ) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ</u> , ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL</u> , ) Surówka z selera i jabłka () 200 g ( <u>MLE, SEL</u> , ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , )		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , )
	Kolejca	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> , ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u> , )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> , ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* b/soli 100 g ( <u>SEL</u> , ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> , ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g ( <u>SEL</u> , ) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , )		Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , ) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , )	Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> , ) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt
	E: 1914.08 kcal; B: 102.35 g; T: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 269.71 g; W tym cukry: 67.84 g; Bł.: 32.61 g; Sól: 5.32 g;	E: 2470.24 kcal; B: 100.28 g; T: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; W: 406.07 g; W tym cukry: 55.72 g; Bł.: 41.42 g; Sól: 9.42 g;	E: 2738.17 kcal; B: 105.47 g; T: 49.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; W: 479.82 g; W tym cukry: 117.99 g; Bł.: 43.42 g; Sól: 7.64 g;	E: 2582.00 kcal; B: 107.01 g; T: 52.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 425.07 g; W tym cukry: 89.46 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 6.53 g;	E: 2393.58 kcal; B: 98.12 g; T: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; W: 364.89 g; W tym cukry: 100.79 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 4.86 g;	E: 2344.02 kcal; B: 89.54 g; T: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; W: 368.64 g; W tym cukry: 106.55 g; Bł.: 32.83 g; Sól: 4.15 g;	

	BIAL- W SZ Ubogokaloryczna	BIAL- W SZ Bezmleczna	BIAL- W SZ Hipoalergiczna	BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Trzuskowa	BIAL- W SZ Bezglutenowa	
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> ) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Maślanka 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Maślanka truskawkowa 200 ml ( <u>MLE.</u> )
	Obiad	Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka wykwińska z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką*() (bez soli) 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa (bez soli) 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez soli)* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem (bez soli) () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml ( <u>MLE.</u> ) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pasta mięsno-warzynna z mięsa wieprzowego ()(bez soli) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzynna z mięsa wieprzowego () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt
	E: 1813.81 kcal; B: 89.95 g; T: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; W: 254.66 g; W tym cukry: 55.59 g; Bł.: 24.71 g; Sól: 7.86 g;	E: 2422.08 kcal; B: 98.15 g; T: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; W: 406.63 g; W tym cukry: 90.13 g; Bł.: 36.44 g; Sól: 9.77 g;	E: 2812.38 kcal; B: 115.06 g; T: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; W: 494.16 g; W tym cukry: 148.54 g; Bł.: 39.04 g; Sól: 8.15 g;	E: 2517.78 kcal; B: 100.82 g; T: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; W: 410.91 g; W tym cukry: 102.25 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 7.02 g;	E: 2259.87 kcal; B: 93.80 g; T: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.37 g; W: 366.80 g; W tym cukry: 96.25 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 5.80 g;	E: 2416.55 kcal; B: 86.67 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; W: 393.51 g; W tym cukry: 115.26 g; Bł.: 25.82 g; Sól: 4.48 g;	

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2023-12-06 środa	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* (bez soli) 50 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 50 g ( <u>SEL</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g ( <u>MLE, SOJ</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JECZ, SEL</u> ) Pulpet wieprzowy (bez jaj) 90 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez soli) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g ( <u>GLU JECZ, SEL</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos jarzynowy (bez soli) () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g ( <u>JAJ, SEL</u> ) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml ( <u>SEL</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> )		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 200 ml ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona, z dod.wody,białka wp 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Dżem 25 g 1 szt			Chleb tostowy pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g	Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt
	E: 1769.60 kcal; B: 98.63 g; T: 36.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; W: 270.86 g; W tym cukry: 62.07 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 5.40 g;	E: 2525.35 kcal; B: 100.80 g; T: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; W: 411.56 g; W tym cukry: 59.02 g; Bł.: 34.63 g; Sól: 8.98 g;	E: 2760.52 kcal; B: 113.02 g; T: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; W: 462.64 g; W tym cukry: 100.68 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 8.10 g;	E: 2669.66 kcal; B: 105.48 g; T: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; W: 426.18 g; W tym cukry: 73.14 g; Bł.: 34.84 g; Sól: 6.75 g;	E: 2431.63 kcal; B: 98.62 g; T: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; W: 365.00 g; W tym cukry: 98.61 g; Bł.: 28.21 g; Sól: 5.54 g;	E: 2372.91 kcal; B: 89.71 g; T: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; W: 367.32 g; W tym cukry: 83.53 g; Bł.: 21.31 g; Sól: 3.07 g;	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2023-12-01 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Pasta z jaj 30 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE, _</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Pasta z jaj 50 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE, _</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g ( <u>RYB, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g ( <u>RYB, _</u> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 15 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE, _</u> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Twarożek 70 g ( <u>MLE, _</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN	Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, _</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
	E: 1709.85 kcal; B: 55.54 g; T: 38.40 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; W: 294.11 g; W tym cukry: 83.74 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 4.15 g;	E: 2381.68 kcal; B: 99.86 g; T: 49.87 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; W: 391.80 g; W tym cukry: 87.41 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 8.04 g;	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2023-12-02 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokula* 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ</u> ) Pasta z brokula* 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JEJCZ</u> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Pierogi z serem* 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g ( <u>MLE</u> ) Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u> )
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
		E: 1782.76 kcal; B: 66.12 g; T: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.66 g; W: 301.50 g; W tym cukry: 72.87 g; Bł.: 29.20 g; Sól: 5.15 g;	E: 2957.51 kcal; B: 113.11 g; T: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; W: 458.33 g; W tym cukry: 84.31 g; Bł.: 35.75 g; Sól: 9.46 g;

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	Plátky owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>SEL, GLU OW, _</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 15 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU OW, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ, _</b> ) Pasztet z fasoli () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 40 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Grysikowa () 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlety sojowe 90 g ( <b>SOJ, _</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolacja	Plátky pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, _</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g ( <b>MLE, _</b> ) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, _</b> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki (bez soli) 50 g ( <b>MLE, _</b> ) Pasztet z ciecierzycy () 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</b> )
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, _</b> )		
	E: 1714.05 kcal; B: 50.85 g; T: 34.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.20 g; W: 307.86 g; W tym cukry: 62.02 g; Bł.: 19.40 g; Sól: 4.33 g;	E: 2562.86 kcal; B: 103.25 g; T: 62.19 g; Kw. tł. nasy.: 18.30 g; W: 400.12 g; W tym cukry: 61.41 g; Bł.: 36.84 g; Sól: 7.61 g;	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Vegetariańska
2023-12-04 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml ( <u>SEL</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u> , Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Ser żółty 50 g ( <u>MLE</u> , Pasta z fasoli 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Pulpet drobiowy 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> , Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Makarony 180 g ( <u>GLU PSZ</u> , Dyńa duszona z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> , Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> , Makarony z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> , Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE</u> , Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolecja	Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g ( <u>SEL</u> , Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE</u> , Pasztet vegetariański () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> , Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE</u> , Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle tortowe 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> , E: 1722.44 kcal; B: 50.34 g; T: 34.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; W: 305.19 g; W tym cukry: 63.86 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 3.27 g;		E: 2830.94 kcal; B: 103.12 g; T: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; W: 460.23 g; W tym cukry: 91.41 g; Bł.: 38.97 g; Sól: 8.09 g;

		BIAŁ- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAŁ- WSZ Wegetariańska
2023-12-05 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU JECZ, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>SOJ, GOR, _</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU JECZ, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Hummus 50 g ( <u>SEZ, _</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE, _</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 40 g ( <u>JAJ, _</u> ) Sos pietruszkowy* 50 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Marchew oprószana z olejem () 200 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Pierogi z serem* 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Pyszka szynkowa-wędziona wieprzowa szynka wędzona parzona 15 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE, _</u> )		
		E: 1777.71 kcal; B: 49.74 g; T: 34.23 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; W: 332.67 g; W tym cukry: 99.95 g; Bł.: 30.10 g; Sól: 4.61 g;	E: 2540.31 kcal; B: 90.58 g; T: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; W: 411.79 g; W tym cukry: 94.74 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 7.74 g;

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2023-12-06 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>SEL, GLU OW, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g ( <u>SOJ, GOR, _</u> ) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL, _</u> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami () 50 g ( <u>SEL, _</u> ) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	II ŚN			
	Obiad	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ) Kotlec z jaj 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ) Sos jarzynowy () 50 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD			
	Kolacja	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Serek a'la homogenizowany 30 g ( <u>MLE, _</u> ) Sałata zielona 10 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, _</u> ) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Serek a'la homogenizowany 50 g ( <u>MLE, _</u> ) Ser topiony 25g 2 szt ( <u>MLE, _</u> ) Sałata zielona 10 g Jablko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
PN	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> ) Dżem 25 g 1 szt			
	E: 1831.71 kcal; B: 49.74 g; T: 38.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; W: 332.23 g; W tym cukry: 60.87 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 4.73 g;		E: 3412.34 kcal; B: 123.79 g; T: 122.53 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 458.83 g; W tym cukry: 84.41 g; Bł.: 38.78 g; Sól: 9.61 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

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