

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca | |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-22 piątek | Śniadanie | Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser topiony 25g, 2 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g |
| | Obiad | Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU, JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, RYB.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Chrupki kukurydziane 20 g | | | Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) | |
| | Kolacja | Ryż na wywarze jarzynowym 350 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>) 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>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 30 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | PN | | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek kiszony 50 g |
| | E: 2476.24 kcal; B: 97.99 g; T: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; W: 411.17 g; W tym cukry: 66.82 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 7.91 g; | E: 2423.70 kcal; B: 86.37 g; T: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; W: 379.38 g; W tym cukry: 91.06 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 7.02 g; | E: 2317.28 kcal; B: 93.47 g; T: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; W: 376.31 g; W tym cukry: 91.10 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 7.27 g; | E: 2630.82 kcal; B: 116.03 g; T: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 408.43 g; W tym cukry: 98.62 g; Bł.: 35.10 g; Sól: 8.58 g; | E: 2563.05 kcal; B: 102.04 g; T: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 430.35 g; W tym cukry: 137.63 g; Bł.: 34.37 g; Sól: 7.25 g; | E: 2444.98 kcal; B: 104.07 g; T: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; W: 352.06 g; W tym cukry: 58.27 g; Bł.: 35.52 g; Sól: 8.01 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- W SZ Podstawowa | BIAL- W SZ Łatwo strawna | BIAL- W SZ Bogatobiałkowa | BIAL- W SZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- W SZ Cukrzyca |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Platki 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>) 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 JĘCZ.</u>) | Platki 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | | | Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) |
| 2023-12-23 sobota | Obiad | Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwitna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml |
| Kolejca | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 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>) 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, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | PN | | Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mandarynka 1 szt | | Mandarynka 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g |
| | E: 2537.24 kcal; B: 95.30 g; T: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; W: 438.34 g; W tym cukry: 92.36 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 9.39 g; | E: 2663.96 kcal; B: 88.53 g; T: 91.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; W: 397.95 g; W tym cukry: 80.38 g; Bł.: 33.31 g; Sól: 11.07 g; | E: 2493.82 kcal; B: 100.06 g; T: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; W: 403.45 g; W tym cukry: 81.05 g; Bł.: 30.27 g; Sól: 7.95 g; | E: 2884.06 kcal; B: 124.32 g; T: 83.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; W: 427.47 g; W tym cukry: 98.65 g; Bł.: 30.58 g; Sól: 10.46 g; | E: 2732.52 kcal; B: 109.60 g; T: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.16 g; W: 458.64 g; W tym cukry: 138.84 g; Bł.: 30.65 g; Sól: 8.34 g; | E: 2593.81 kcal; B: 104.87 g; T: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 388.12 g; W tym cukry: 45.82 g; Bł.: 41.26 g; Sól: 7.43 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Kasza jęczmienna 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>) Serek a la homogenizowany z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) | Kasza jęczmienna 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) 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 o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| II SN | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g |
| Obiad | Dyniowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| PD | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | |
| Kolejca | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 350 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszerowana (miruna) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</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>) Śledź z cebulką w oleju 50 g (<u>RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Kapusta z pieczarkami 200 g Kutia 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</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>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Kapusta z pieczarkami 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu b/c 250 ml |
| PN | | | | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) | | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g |
| | E: 2721.05 kcal; B: 102.93 g; T: 45.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; W: 489.09 g; W tym cukry: 114.37 g; Bł.: 34.05 g; Sól: 8.34 g; | E: 3262.54 kcal; B: 120.23 g; T: 80.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; W: 533.39 g; W tym cukry: 131.61 g; Bł.: 47.04 g; Sól: 9.36 g; | E: 2799.17 kcal; B: 113.31 g; T: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; W: 471.85 g; W tym cukry: 133.27 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 6.83 g; | E: 2911.01 kcal; B: 122.40 g; T: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 20.99 g; W: 488.16 g; W tym cukry: 119.37 g; Bł.: 38.36 g; Sól: 8.79 g; | E: 3089.23 kcal; B: 115.99 g; T: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.22 g; W: 541.43 g; W tym cukry: 154.96 g; Bł.: 43.37 g; Sól: 8.55 g; | E: 2554.81 kcal; B: 121.03 g; T: 69.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; W: 384.55 g; W tym cukry: 61.85 g; Bł.: 51.21 g; Sól: 8.92 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- W SZ Podstawowa | BIAL- W SZ Łatwo strawna | BIAL- W SZ Bogatobiałkowa | BIAL- W SZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- W SZ Cukrzyca | |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-25 poniedziałek | Śniadanie | Kasza jaglana 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>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Kasza jaglana 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>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana 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 kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Salata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana 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>) Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | |
| | II SN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g |
| | Obiad | Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki 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* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | PD | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt |
| | Kolacja | 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>) Poledwica Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Salata 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE</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>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | | 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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 20 g Salata zielona 10 g |
| | E: 2444.00 kcal; B: 98.47 g; T: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; W: 395.01 g; W tym cukry: 69.00 g; Bł.: 25.95 g; Sól: 10.17 g; | E: 2690.25 kcal; B: 123.65 g; T: 90.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; W: 353.21 g; W tym cukry: 86.42 g; Bł.: 25.24 g; Sól: 9.79 g; | E: 2624.24 kcal; B: 125.55 g; T: 81.29 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; W: 351.42 g; W tym cukry: 78.53 g; Bł.: 22.07 g; Sól: 10.03 g; | E: 2806.50 kcal; B: 137.48 g; T: 85.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; W: 374.47 g; W tym cukry: 82.67 g; Bł.: 22.60 g; Sól: 11.05 g; | E: 2864.22 kcal; B: 123.21 g; T: 81.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.76 g; W: 421.92 g; W tym cukry: 136.97 g; Bł.: 34.38 g; Sól: 9.98 g; | E: 2541.62 kcal; B: 125.42 g; T: 83.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; W: 335.55 g; W tym cukry: 49.75 g; Bł.: 33.59 g; Sól: 9.23 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- W SZ Podstawowa | BIAL- W SZ Łatwo strawna | BIAL- W SZ Bogatobiałkowa | BIAL- W SZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- W SZ Cukrzyca | |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-26 wtorek | Śniadanie | 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek 70 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salatka meksykańska 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta drobiowo-warzywana z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL</u>) Salata 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salatka meksykańska 150 g (<u>JAJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>) | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Salata zielona 10 g |
| Obiad | Pomidorowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafor gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | |
| PD | Chrupki kukurydziane 20 g | | | Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | Mus z jabłek () z/c 100 g | Gruszka 1szt. 150 g Wafle ryżowe 30 g | |
| Kolacja | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ</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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 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>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 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 | | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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 Salata zielona 10 g | |
| | E: 2389.11 kcal; B: 109.05 g; T: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; W: 389.96 g; W tym cukry: 68.43 g; Bł.: 24.82 g; Sól: 8.97 g; | E: 2856.02 kcal; B: 108.35 g; T: 94.65 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; W: 402.71 g; W tym cukry: 78.81 g; Bł.: 35.27 g; Sól: 8.93 g; | E: 2349.34 kcal; B: 116.38 g; T: 57.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; W: 351.40 g; W tym cukry: 72.92 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 8.76 g; | E: 2683.91 kcal; B: 130.70 g; T: 60.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; W: 412.95 g; W tym cukry: 112.95 g; Bł.: 27.97 g; Sól: 9.29 g; | E: 2616.98 kcal; B: 102.00 g; T: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; W: 419.39 g; W tym cukry: 111.16 g; Bł.: 33.54 g; Sól: 9.56 g; | E: 2574.18 kcal; B: 115.45 g; T: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; W: 380.37 g; W tym cukry: 48.68 g; Bł.: 38.40 g; Sól: 8.85 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE.</u>) | |
| 2023-12-27 środa | Obiad | Ryżowa (bez mleka) () 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki () 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Knedle z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Knedle z truskawkami* 300 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Mus z jabłek () b/c 150 g | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt |
| 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 żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g 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>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Salata 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Ogórek kiszony 50 g |
| | E: 2502.00 kcal; B: 95.14 g; T: 57.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.65 g; W: 414.27 g; W tym cukry: 72.38 g; Bł.: 31.99 g; Sól: 9.32 g; | E: 2592.33 kcal; B: 88.30 g; T: 58.97 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; W: 445.55 g; W tym cukry: 104.31 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 7.95 g; | E: 2415.49 kcal; B: 81.92 g; T: 43.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; W: 436.72 g; W tym cukry: 97.07 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 7.29 g; | E: 2582.22 kcal; B: 90.80 g; T: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 17.37 g; W: 469.70 g; W tym cukry: 124.53 g; Bł.: 30.00 g; Sól: 7.55 g; | E: 2450.86 kcal; B: 99.38 g; T: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; W: 404.90 g; W tym cukry: 111.65 g; Bł.: 37.22 g; Sól: 7.50 g; | E: 2423.99 kcal; B: 114.63 g; T: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 343.57 g; W tym cukry: 52.18 g; Bł.: 38.13 g; Sól: 8.10 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Salatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Salatka jarzynowa* dieta b/soli 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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 Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | | Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Mus z jabłek () z/c 100 g | Jabłko 1 szt 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) |
| Obiad | Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wierzprowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Gołąbek siekany z mięsa wp 150 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemiaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wierzprowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Ziemiaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wierzprowy 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 | Barszcz biały z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wierzprowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| PD | Mus z jabłek () z/c 100 g | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzprowa schab wierzprowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g | Kisiel o smaku wiśniowym 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wierzprowa schab wierzprowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g |
| Kolacja | 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 wierzprowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 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>) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i cebuli 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| PN | | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>) | | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wierzprowa, szynka wędzona, parzona 20 g Salata zielona 10 g |
| | E: 2650.34 kcal; B: 97.01 g; T: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.58 g; W: 445.80 g; W tym cukry: 73.95 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 9.61 g; | E: 2651.70 kcal; B: 105.74 g; T: 72.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; W: 407.44 g; W tym cukry: 68.59 g; Bł.: 37.60 g; Sól: 11.43 g; | E: 2608.68 kcal; B: 99.14 g; T: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; W: 389.56 g; W tym cukry: 68.14 g; Bł.: 28.83 g; Sól: 9.37 g; | E: 2885.70 kcal; B: 112.45 g; T: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.05 g; W: 437.34 g; W tym cukry: 78.54 g; Bł.: 30.92 g; Sól: 10.31 g; | E: 2856.35 kcal; B: 109.00 g; T: 71.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; W: 449.99 g; W tym cukry: 97.10 g; Bł.: 29.98 g; Sól: 9.50 g; | E: 2386.44 kcal; B: 100.27 g; T: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; W: 363.18 g; W tym cukry: 39.95 g; Bł.: 42.92 g; Sól: 10.19 g; |

| | BIAŁ- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAŁ- WSZ Podstawowa | BIAŁ- WSZ Łatwo strawna | BIAŁ- WSZ Bogatobiałkowa | BIAŁ- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAŁ- WSZ Cukrzyca | |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-29 piątek | Śniadanie | Platki 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>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB. może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Salata zielona 10 g | Platki 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 bialek 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II SN | 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 | Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 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 Siedz z cebulką w oleju 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 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 (Dorsz) 90 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>) Marchew gotowana z olejem () 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>) Marchew gotowana z olejem () 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 (Dorsz) 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 |
| | PD | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb żytni pełnoziarnisty 30 g (<u>GLU ŻYT, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 50 g |
| | Kolacja | Platki żytnie na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU ŻYT.</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 drobiowo-warzywana z udzca kurczaka* 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>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt 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>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</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>) Pasta drobiowo-warzywana z udzca kurczaka* 100 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>) Twarożek 100 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | PN | | Jabłko 1 szt 1 szt 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: 2523.16 kcal; B: 114.02 g; T: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; W: 403.68 g; W tym cukry: 73.98 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 8.68 g; | E: 2423.02 kcal; B: 80.26 g; T: 75.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; W: 365.85 g; W tym cukry: 94.00 g; Bł.: 32.52 g; Sól: 7.68 g; | E: 2245.30 kcal; B: 94.55 g; T: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; W: 360.58 g; W tym cukry: 88.83 g; Bł.: 31.48 g; Sól: 7.06 g; | E: 2687.81 kcal; B: 123.88 g; T: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; W: 423.91 g; W tym cukry: 99.93 g; Bł.: 34.88 g; Sól: 9.20 g; | E: 2874.83 kcal; B: 120.49 g; T: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 19.26 g; W: 465.09 g; W tym cukry: 135.39 g; Bł.: 41.42 g; Sól: 9.27 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 |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-30 sobota | 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 JĘCZ</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 udzka 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 JĘCZ</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 JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 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 JĘCZ</u>) Gulasz wieprzowy 230 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, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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 JĘCZ</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, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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 JĘCZ</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, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) 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, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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 JĘCZ</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, może zawierać: JAJ, GOR, S02</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>) Pyzdra 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: 2597.44 kcal; B: 119.72 g; T: 73.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; W: 383.06 g; W tym cukry: 87.07 g; Bł.: 34.76 g; Sól: 9.76 g; | E: 3018.00 kcal; B: 136.96 g; T: 85.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; W: 449.27 g; W tym cukry: 96.25 g; Bł.: 37.92 g; Sól: 11.95 g; | E: 2933.15 kcal; B: 140.27 g; T: 70.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; W: 453.23 g; W tym cukry: 118.27 g; Bł.: 34.49 g; Sól: 9.74 g; | E: 2586.29 kcal; B: 133.60 g; T: 81.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; W: 354.46 g; W tym cukry: 43.96 g; Bł.: 39.78 g; Sól: 10.77 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca | |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-31 niedziela | Śniadanie | Platki 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>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Platki 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Rzodkiew biała 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Galaretką drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II SN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata zielona 10 g |
| | Obiad | Grysikowa () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy * 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | PD | Biszkopty 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ.</u>) | | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g | Wafle ryżowe 30 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | |
| | Kolacja | Platki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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 z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki (bez soli) 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | PN | | | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) | | | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 20 g Salata zielona 10 g |
| | E: 2655.78 kcal; B: 105.03 g; T: 68.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; W: 425.85 g; W tym cukry: 99.78 g; Bł.: 29.10 g; Sól: 8.77 g; | E: 2547.48 kcal; B: 131.26 g; T: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 29.83 g; W: 345.34 g; W tym cukry: 79.36 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 8.62 g; | E: 2558.42 kcal; B: 133.47 g; T: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.10 g; W: 342.30 g; W tym cukry: 70.81 g; Bł.: 20.70 g; Sól: 9.20 g; | E: 3019.49 kcal; B: 153.40 g; T: 80.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 426.77 g; W tym cukry: 77.55 g; Bł.: 24.85 g; Sól: 11.24 g; | E: 3073.85 kcal; B: 142.76 g; T: 78.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; W: 461.90 g; W tym cukry: 117.06 g; Bł.: 34.38 g; Sól: 10.93 g; | E: 2526.72 kcal; B: 135.47 g; T: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; W: 332.62 g; W tym cukry: 30.64 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 8.75 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Kasza kukurydziana 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 JĘCZ</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, może zawierać: GOR</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) 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 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, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</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 | 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) 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 zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Rolada z łopatkii wieprzowej 50 g Salata 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, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Pasztet szefa z dodatkiem białka sojowego 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>) Salata 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>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony 20 g Salata zielona 10 g |
| Obiad | Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet wieprzowy 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 Szynka wieprzowa pieczona 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ</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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Marchew oprószana 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 | 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>) |
| Kolacja | 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 Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 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 tl.(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 | 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>) 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 b/skórki 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</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 Salata 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 kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Ogórek kiszony 50 g |
| | E: 2619.98 kcal; B: 100.11 g; T: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.01 g; W: 421.89 g; W tym cukry: 100.44 g; Bł.: 27.72 g; Sól: 9.15 g; | E: 2437.46 kcal; B: 115.71 g; T: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; W: 346.96 g; W tym cukry: 73.27 g; Bł.: 32.58 g; Sól: 8.47 g; | E: 2331.00 kcal; B: 108.77 g; T: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; W: 344.88 g; W tym cukry: 63.49 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 8.37 g; | E: 2792.11 kcal; B: 128.11 g; T: 70.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; W: 424.46 g; W tym cukry: 95.44 g; Bł.: 34.59 g; Sól: 10.48 g; | E: 2896.56 kcal; B: 131.09 g; T: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; W: 441.71 g; W tym cukry: 116.84 g; Bł.: 35.11 g; Sól: 9.92 g; | E: 2412.99 kcal; B: 124.69 g; T: 77.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; W: 327.55 g; W tym cukry: 49.58 g; Bł.: 34.30 g; Sól: 9.89 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca | |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-02 wtorek | Śniadanie | <p>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</p> | <p>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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g 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</p> | <p>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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> | <p>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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p> | <p>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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g 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</p> | <p>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>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p> |
| | 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 | <p>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 Dynia duszona z olejem* 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>)</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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>) Dynia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p> | <p>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</p> | | |
| 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 kurczą 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 kurczą 20 g Salata zielona 10 g | |
| Kolacja | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | <p>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</p> | |
| 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>) Szyunkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Salata zielona 20 g | |
| | E: 2611.11 kcal; B: 95.94 g; T: 55.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; W: 440.55 g; W tym cukry: 94.40 g; Bł.: 27.36 g; Sól: 10.18 g; | E: 2579.56 kcal; B: 104.52 g; T: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; W: 408.42 g; W tym cukry: 124.24 g; Bł.: 28.62 g; Sól: 9.65 g; | E: 2522.22 kcal; B: 107.17 g; T: 52.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; W: 415.60 g; W tym cukry: 125.89 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 7.76 g; | E: 3162.81 kcal; B: 121.96 g; T: 70.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; W: 518.80 g; W tym cukry: 126.33 g; Bł.: 31.63 g; Sól: 10.65 g; | E: 3051.15 kcal; B: 118.34 g; T: 60.82 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; W: 517.28 g; W tym cukry: 144.47 g; Bł.: 36.97 g; Sól: 9.28 g; | E: 2563.82 kcal; B: 108.89 g; T: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; W: 368.81 g; W tym cukry: 40.32 g; Bł.: 40.17 g; Sól: 12.63 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca | |
|------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-03 środa | Śniadanie | Platki 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> | Platki 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 Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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 Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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 Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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 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 | Platki 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 Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II SN | 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 drobiowa 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 drobiowa 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 drobiowa 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 drobiowa 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> |
| | Kolejca | Platki 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> Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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> Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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> Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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> Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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> Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Sałata zielona 10 g |
| | | E: 2812.68 kcal; B: 104.98 g; T: 58.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 476.29 g; W tym cukry: 117.18 g; Bł.: 26.50 g; Sól: 9.30 g; | E: 2499.08 kcal; B: 93.82 g; T: 69.71 g; Kw. tł. nasy.: 19.89 g; W: 385.25 g; W tym cukry: 71.98 g; Bł.: 34.28 g; Sól: 10.89 g; | E: 2519.53 kcal; B: 96.69 g; T: 61.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; W: 402.82 g; W tym cukry: 82.26 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 9.14 g; | E: 2889.18 kcal; B: 115.75 g; T: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; W: 469.79 g; W tym cukry: 96.14 g; Bł.: 37.49 g; Sól: 11.27 g; | E: 2729.31 kcal; B: 105.71 g; T: 61.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.83 g; W: 450.96 g; W tym cukry: 103.54 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 9.78 g; | E: 2413.47 kcal; B: 108.31 g; T: 69.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; W: 355.75 g; W tym cukry: 51.04 g; Bł.: 36.25 g; Sól: 9.52 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooleracyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca | |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-04 czwartek | Śniadanie | Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | | | Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml |
| 2024-01-04 czwartek | Obiad | Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Ziemniaki () 180 g Klopsik wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemiaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemiaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | |
| | | PD | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) |
| 2024-01-04 czwartek | Kolacja | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 55 g (<u>SOJ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata 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, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata 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, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</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, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | | PN | | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 1 szt | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, SEL, ŻYT, JAJ, SOJ, GOR, S02</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Sałata zielona 10 g |
| | E: 2720.95 kcal; B: 98.29 g; T: 62.24 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; W: 453.70 g; W tym cukry: 111.94 g; Bł.: 30.46 g; Sól: 10.58 g; | E: 2341.65 kcal; B: 99.11 g; T: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; W: 363.21 g; W tym cukry: 71.84 g; Bł.: 35.95 g; Sól: 9.68 g; | E: 2290.44 kcal; B: 101.81 g; T: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; W: 354.32 g; W tym cukry: 69.81 g; Bł.: 28.05 g; Sól: 8.06 g; | E: 2326.94 kcal; B: 106.80 g; T: 58.87 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; W: 358.94 g; W tym cukry: 96.59 g; Bł.: 29.19 g; Sól: 7.25 g; | E: 2648.13 kcal; B: 106.06 g; T: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 18.43 g; W: 431.24 g; W tym cukry: 116.27 g; Bł.: 31.88 g; Sól: 8.13 g; | E: 2395.98 kcal; B: 105.45 g; T: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; W: 354.68 g; W tym cukry: 44.30 g; Bł.: 40.52 g; Sól: 9.64 g; | |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 z białek z natką pietruszki 70 g (<u>JAJ, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Masło 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ser topiony 25g, 2 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| II ŚN | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g |
| Obiad | Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u>) Warzywa po grecku () 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| PD | Chrupki kukurydziane 20 g | | | Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kefir 1,5% tt 150g 1 Por (<u>MLE</u>) | |
| Kolacja | Ryż na wywarze jarzynowym 350 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>) 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>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Powidła śliwkowe 30 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Hummus 50 g (<u>SEZ</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>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) | 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 50 g |
| | E: 2476.24 kcal; B: 97.99 g; T: 53.90 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; W: 411.17 g; W tym cukry: 66.82 g; Bł.: 26.95 g; Sól: 7.91 g; | E: 2423.70 kcal; B: 86.37 g; T: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.22 g; W: 379.38 g; W tym cukry: 91.06 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 7.02 g; | E: 2317.28 kcal; B: 93.47 g; T: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; W: 376.31 g; W tym cukry: 91.10 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 7.27 g; | E: 2630.82 kcal; B: 116.03 g; T: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; W: 408.43 g; W tym cukry: 98.62 g; Bł.: 35.10 g; Sól: 8.58 g; | E: 2563.05 kcal; B: 102.04 g; T: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 19.54 g; W: 430.35 g; W tym cukry: 137.63 g; Bł.: 34.37 g; Sól: 7.25 g; | E: 2444.98 kcal; B: 104.07 g; T: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; W: 352.06 g; W tym cukry: 58.27 g; Bł.: 35.52 g; Sól: 8.01 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Platki 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>) Poledwica Sopotcka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (<u>SOJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Platki 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>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | | | Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) | Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>) |
| 2024-01-06 sobota | Obiad | Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Bigos 300 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml |
| | | PD | Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml |
| Kolacja | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 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>) 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, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | PN | | Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mandarynka 1 szt | | Mandarynka 1 szt Chaika 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g |
| | E: 2537.24 kcal; B: 95.30 g; T: 48.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.40 g; W: 438.34 g; W tym cukry: 92.36 g; Bł.: 26.37 g; Sól: 9.39 g; | E: 2663.96 kcal; B: 88.53 g; T: 91.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; W: 397.95 g; W tym cukry: 80.38 g; Bł.: 33.31 g; Sól: 11.07 g; | E: 2493.82 kcal; B: 100.06 g; T: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; W: 403.45 g; W tym cukry: 81.05 g; Bł.: 30.27 g; Sól: 7.95 g; | E: 2884.06 kcal; B: 124.32 g; T: 83.80 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; W: 427.47 g; W tym cukry: 98.65 g; Bł.: 30.58 g; Sól: 10.46 g; | E: 2732.52 kcal; B: 109.60 g; T: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 17.16 g; W: 458.64 g; W tym cukry: 138.84 g; Bł.: 30.65 g; Sól: 8.34 g; | E: 2593.81 kcal; B: 104.87 g; T: 78.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.72 g; W: 388.12 g; W tym cukry: 45.82 g; Bł.: 41.26 g; Sól: 7.43 g; |

| | BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona | BIAL- WSZ Podstawowa | BIAL- WSZ Łatwo strawna | BIAL- WSZ Bogatobiałkowa | BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa | BIAL- WSZ Cukrzyca |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Kasza jęczmienna 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>) Twarożek z ziołami 70 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) | Kasza jęczmienna 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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 Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Suflet mięsno-jarzykowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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 Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml |
| | II ŚN | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | | Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml |
| Obiad | Dyniowa z zacierką () 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Kisiel o smaku wiśniowym b/c 200 ml | | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| Kolejca | Ryż na wywarze jarzynowym 350 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 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>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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 z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 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>) | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml 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 kiel.wp.gr.rozdr.wędz.parzo.z dod. wody w osl.niejad 20 g Sałata zielona 10 g |
| | E: 2379.18 kcal; B: 105.33 g; T: 44.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.11 g; W: 397.89 g; W tym cukry: 87.21 g; Bł.: 27.57 g; Sól: 8.70 g; | E: 2488.92 kcal; B: 104.04 g; T: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; W: 379.38 g; W tym cukry: 78.40 g; Bł.: 40.66 g; Sól: 7.01 g; | E: 2332.05 kcal; B: 113.86 g; T: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 353.36 g; W tym cukry: 74.61 g; Bł.: 31.86 g; Sól: 7.65 g; | E: 2596.12 kcal; B: 133.92 g; T: 61.73 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; W: 380.50 g; W tym cukry: 80.93 g; Bł.: 33.04 g; Sól: 8.89 g; | E: 2768.22 kcal; B: 99.81 g; T: 56.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.13 g; W: 473.33 g; W tym cukry: 145.26 g; Bł.: 36.17 g; Sól: 7.81 g; | E: 2308.47 kcal; B: 125.34 g; T: 61.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; W: 330.89 g; W tym cukry: 43.97 g; Bł.: 38.75 g; Sól: 9.54 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 | |
|-------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-22 piątek | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Salata zielona 10 g | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez soli) () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Pulpet rybny (dorsz) (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Warzywa po grecku (bez soli) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant b/c 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 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 | Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g | Chrupki kukurydziane 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Schab gotowany 40 g | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g |
| | | E: 1809.71 kcal; B: 83.77 g; T: 48.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 270.78 g; W tym cukry: 69.61 g; Bł.: 27.41 g; Sól: 6.11 g; | E: 2224.39 kcal; B: 84.09 g; T: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; W: 380.64 g; W tym cukry: 86.50 g; Bł.: 35.44 g; Sól: 7.51 g; | E: 2492.36 kcal; B: 111.59 g; T: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 416.34 g; W tym cukry: 128.38 g; Bł.: 36.07 g; Sól: 7.37 g; | E: 2299.42 kcal; B: 96.51 g; T: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; W: 378.09 g; W tym cukry: 90.04 g; Bł.: 29.99 g; Sól: 6.38 g; | E: 2310.49 kcal; B: 112.34 g; T: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; W: 356.62 g; W tym cukry: 102.51 g; Bł.: 31.80 g; Sól: 6.22 g; | E: 2231.65 kcal; B: 72.98 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; W: 375.94 g; W tym cukry: 126.74 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 3.15 g; |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</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 70 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 Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 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 70 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>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</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 łopatki wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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 | Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml | |
| 2023-12-23 sobota | Obiad | Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | | PD | Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt |
| Kolejca | 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, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 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 70 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 drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 100 g (<u>SEL.</u>) 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-warzywna, 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>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | |
| | PN | Mandarynka 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Mandarynka 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Mandarynka 1 szt Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | |
| | E: 1816.13 kcal; B: 89.86 g; T: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; W: 274.36 g; W tym cukry: 73.13 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 7.08 g; | E: 2312.34 kcal; B: 102.43 g; T: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; W: 368.96 g; W tym cukry: 73.64 g; Bł.: 33.27 g; Sól: 8.02 g; | E: 2673.80 kcal; B: 101.82 g; T: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; W: 445.92 g; W tym cukry: 130.51 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 6.35 g; | E: 2452.28 kcal; B: 106.18 g; T: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; W: 388.12 g; W tym cukry: 85.04 g; Bł.: 32.51 g; Sól: 5.65 g; | E: 2371.89 kcal; B: 96.16 g; T: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 370.04 g; W tym cukry: 106.66 g; Bł.: 29.94 g; Sól: 5.11 g; | E: 2092.72 kcal; B: 82.81 g; T: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; W: 319.68 g; W tym cukry: 69.55 g; Bł.: 21.88 g; Sól: 3.74 g; | |

| | BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna | BIAŁ- WSZ Bezmleczna | BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna | BIAŁ- WSZ Niskosodowa | BIAŁ- WSZ Trzuskowa | BIAŁ- WSZ Bezglutenowa | |
|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-24 niedziela | 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 z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 2 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Pasta warzywna () 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 o smaku waniliowym 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta z białek z koperkiem 100 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | ITSN | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la fromaze z ziołami 20 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ziemiaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () (bez soli) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy (bez soli)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por |
| | Kolejca | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Kapusta z pieczarkami 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu b/c 250 ml | Barszcz czerwony czysty () (bez mleka) 250 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Pomidor 100 g Kompot z suszu 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Ryba faszerowana (dorsz) (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszerowana (dorsz) (bez glutenu) 50 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml |
| | PN | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) | 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 | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Filet z kurczaka gotowany 40 g | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g |
| | E: 1934.45 kcal; B: 103.66 g; T: 44.82 g; Kw. tł. nasy.: 12.54 g; W: 297.39 g; W tym cukry: 55.07 g; Bł.: 42.26 g; Sól: 6.95 g; | E: 2481.35 kcal; B: 95.75 g; T: 40.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.08 g; W: 443.56 g; W tym cukry: 95.41 g; Bł.: 41.30 g; Sól: 7.23 g; | E: 2708.00 kcal; B: 79.06 g; T: 36.13 g; Kw. tł. nasy.: 8.67 g; W: 529.52 g; W tym cukry: 143.13 g; Bł.: 40.77 g; Sól: 6.33 g; | E: 2693.29 kcal; B: 112.41 g; T: 51.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.18 g; W: 459.82 g; W tym cukry: 111.67 g; Bł.: 36.62 g; Sól: 6.69 g; | E: 2609.63 kcal; B: 114.51 g; T: 42.66 g; Kw. tł. nasy.: 8.98 g; W: 456.69 g; W tym cukry: 130.33 g; Bł.: 37.36 g; Sól: 6.72 g; | E: 2551.43 kcal; B: 89.15 g; T: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; W: 455.10 g; W tym cukry: 149.57 g; Bł.: 35.69 g; Sól: 3.34 g; | |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-25 poniedziałek | 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 Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkı wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | Kasza jaglana 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ziemniaki 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 | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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 | | Rosół z makaronem (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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* 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki 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 | Rosół z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 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 | Jabłko 1 szt 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g 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 70 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 Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 70 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 Suflet mięsno-jarzynowy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, 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 70 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</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 | Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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>) 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 | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt |
| | E: 1863.08 kcal; B: 98.56 g; T: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 13.48 g; W: 253.79 g; W tym cukry: 68.85 g; Bł.: 23.98 g; Sól: 7.17 g; | E: 2253.20 kcal; B: 104.00 g; T: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; W: 315.70 g; W tym cukry: 51.95 g; Bł.: 24.81 g; Sól: 9.79 g; | E: 2589.98 kcal; B: 107.78 g; T: 74.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.55 g; W: 382.40 g; W tym cukry: 116.67 g; Bł.: 27.29 g; Sól: 7.49 g; | E: 2657.35 kcal; B: 124.27 g; T: 86.86 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; W: 350.50 g; W tym cukry: 79.91 g; Bł.: 22.50 g; Sól: 6.57 g; | E: 2471.57 kcal; B: 117.65 g; T: 70.05 g; Kw. tł. nasy.: 16.63 g; W: 355.41 g; W tym cukry: 117.84 g; Bł.: 34.42 g; Sól: 5.83 g; | E: 2234.23 kcal; B: 92.20 g; T: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.31 g; W: 327.72 g; W tym cukry: 98.74 g; Bł.: 20.46 g; Sól: 5.59 g; | |

| | BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna | BIAŁ- WSZ Bezmleczna | BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna | BIAŁ- WSZ Niskosodowa | BIAŁ- WSZ Trzuskowa | BIAŁ- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-26 wtorek | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Mandarynka 1 szt 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udzka kurczaka* (bez soli) 50 g (<u>SEL.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem (bez soli) 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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 drobiowo-warzywna z udzka kurczaka* 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kalafor gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kalafor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Pomidorowa z zacierką (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Schab gotowany (bez soli) 90 g Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kalafor gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g 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 Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Kalafor gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g | | Mus z jabłek () z/c 100 g | | Mus z jabłek () z/c 100 g | Jabłko 1 szt 1 szt |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 70 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 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 () 100 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 |
| | PN | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | | Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g | Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt |
| | E: 1642.44 kcal; B: 95.44 g; T: 31.93 g; Kw. tł. nasy.: 9.10 g; W: 253.19 g; W tym cukry: 64.98 g; Bł.: 26.83 g; Sól: 5.38 g; | E: 1976.89 kcal; B: 101.26 g; T: 41.54 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; W: 309.37 g; W tym cukry: 54.11 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 8.30 g; | E: 2258.27 kcal; B: 107.95 g; T: 39.09 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; W: 380.95 g; W tym cukry: 106.72 g; Bł.: 30.81 g; Sól: 5.37 g; | E: 1956.40 kcal; B: 98.09 g; T: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; W: 295.88 g; W tym cukry: 61.77 g; Bł.: 27.27 g; Sól: 4.41 g; | E: 2089.34 kcal; B: 100.22 g; T: 39.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.53 g; W: 346.35 g; W tym cukry: 96.23 g; Bł.: 32.64 g; Sól: 5.84 g; | E: 2175.76 kcal; B: 87.98 g; T: 48.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.99 g; W: 352.71 g; W tym cukry: 99.63 g; Bł.: 25.45 g; Sól: 4.29 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 | |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-27 środa | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, SEL</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 70 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 70 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 Filet z indyka gotowany 50 g Miód (25g) 2 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 70 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) 100 g (<u>RYB, SEL</u>) 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>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Koktajl bananowo-dyniowy b/c 200 ml (<u>MLE</u>) | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | Koktajl bananowo-dyniowy 200 ml (<u>MLE</u>) |
| | Obiad | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos koperkowy *(bez mleka) 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem (bez soli) () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ</u>) Sos koperkowy *(bez glutenu) 100 ml (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g 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 70 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 Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 100 g Sałata 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | | Pieczycwo 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>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g | Wafle ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt |
| | E: 1900.74 kcal; B: 98.32 g; T: 43.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.20 g; W: 290.43 g; W tym cukry: 82.60 g; Bł.: 33.58 g; Sól: 5.13 g; | E: 2342.67 kcal; B: 96.58 g; T: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; W: 379.90 g; W tym cukry: 78.45 g; Bł.: 39.35 g; Sól: 9.24 g; | E: 2719.20 kcal; B: 94.88 g; T: 60.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; W: 465.82 g; W tym cukry: 112.13 g; Bł.: 41.77 g; Sól: 7.47 g; | E: 2427.86 kcal; B: 72.45 g; T: 44.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.26 g; W: 449.39 g; W tym cukry: 99.72 g; Bł.: 28.81 g; Sól: 6.35 g; | E: 2262.08 kcal; B: 94.89 g; T: 53.37 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; W: 364.38 g; W tym cukry: 106.56 g; Bł.: 35.11 g; Sól: 5.83 g; | E: 2280.88 kcal; B: 91.32 g; T: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.86 g; W: 354.78 g; W tym cukry: 106.64 g; Bł.: 30.62 g; Sól: 4.64 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 | |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-28 czwartek | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Salatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salatka jarzynowa* dieta (bez soli) 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</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 | 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Salata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Jabłko 1 szt 1 szt | | Mus z jabłek () z/c 100 g | | Mus z jabłek () z/c 100 g | |
| | Obiad | Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z selera i jabłka () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<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>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik wieprzowy b/jaj 90 g (<u>GLU PSZ.</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>) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (<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 Klopsik wieprzowy 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 Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 200 ml | | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml | | Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml | |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 osl.niejad 50 g Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa wieprzowa gotowana 100 g Salata zielona 10 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 50 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 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 z twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 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 | | | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, 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 |
| | E: 1650.49 kcal; B: 72.85 g; T: 48.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.44 g; W: 238.80 g; W tym cukry: 54.15 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 7.40 g; | E: 2228.86 kcal; B: 78.92 g; T: 66.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; W: 336.61 g; W tym cukry: 47.48 g; Bł.: 29.13 g; Sól: 8.61 g; | E: 2532.01 kcal; B: 107.94 g; T: 56.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; W: 409.17 g; W tym cukry: 95.21 g; Bł.: 28.78 g; Sól: 6.22 g; | E: 2569.77 kcal; B: 94.21 g; T: 72.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; W: 392.60 g; W tym cukry: 69.72 g; Bł.: 30.45 g; Sól: 6.17 g; | E: 2294.99 kcal; B: 87.46 g; T: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.00 g; W: 364.67 g; W tym cukry: 81.50 g; Bł.: 24.74 g; Sól: 4.95 g; | E: 2158.04 kcal; B: 74.46 g; T: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; W: 328.75 g; W tym cukry: 74.23 g; Bł.: 20.17 g; Sól: 4.63 g; | |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------|---------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-29 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 SN | 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 | Ziemiaki 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>) Ziemiaki 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>) Ziemiaki 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>) Ziemiaki z koperkiem ()(bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 90 g (<u>RYB.</u>) 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>) Ziemiaki 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>) Ziemiaki 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 JEJCZ.</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-warzyczna 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-warzyczna, 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-warzyczna, 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 | 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: 1726.51 kcal; B: 96.16 g; T: 46.81 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; W: 237.63 g; W tym cukry: 59.97 g; Bł.: 23.85 g; Sól: 5.19 g; | E: 2331.77 kcal; B: 97.65 g; T: 43.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.00 g; W: 396.62 g; W tym cukry: 81.80 g; Bł.: 34.57 g; Sól: 8.38 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: 2117.27 kcal; B: 105.95 g; T: 33.94 g; Kw. tł. nasy.: 5.87 g; W: 357.14 g; W tym cukry: 90.97 g; Bł.: 30.87 g; Sól: 6.27 g; | E: 2151.19 kcal; B: 82.60 g; T: 49.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; W: 351.52 g; W tym cukry: 105.40 g; Bł.: 22.26 g; Sól: 3.29 g; |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskłowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-30 sobota | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokula * 50 g Salata 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 brokula * 50 g Salata 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 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 zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pasta z brokula * 50 g Salata 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 brokula * 50 g Salata 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 230 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 230 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 230 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) 230 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) 230 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 Salata zielona 10 g | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | |
| | Kolejca | 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, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata 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 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 | 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 | 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>) Salata 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>) Salata 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: 1809.21 kcal; B: 112.74 g; T: 50.00 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; W: 245.11 g; W tym cukry: 49.03 g; Bł.: 27.30 g; Sól: 7.53 g; | E: 2475.53 kcal; B: 113.04 g; T: 58.81 g; Kw. tł. nasy.: 15.73 g; W: 387.90 g; W tym cukry: 62.80 g; Bł.: 34.10 g; Sól: 10.49 g; | E: 2833.36 kcal; B: 125.67 g; T: 58.72 g; Kw. tł. nasy.: 15.90 g; W: 465.70 g; W tym cukry: 123.56 g; Bł.: 33.44 g; Sól: 8.36 g; | E: 2728.80 kcal; B: 123.54 g; T: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; W: 415.77 g; W tym cukry: 85.71 g; Bł.: 36.74 g; Sól: 8.26 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: 2352.33 kcal; B: 102.23 g; T: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; W: 343.75 g; W tym cukry: 80.05 g; Bł.: 25.41 g; Sól: 5.14 g; | |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|----------------------|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-31 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 Galaretk 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 Galaretk 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 łopatki wieprzowej 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>) Galaretk 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 łopatki wieprzowej 50 g Galaretk 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 Galaretk 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 ŚN | 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 drobiowy gotowany 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-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Jabłko 1 szt 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) | Jabłko 1 szt 1 szt Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt | Drożdźówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g | Jabłko 1 szt 1 szt Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) |
| | | E: 1954.62 kcal; B: 123.94 g; T: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; W: 254.96 g; W tym cukry: 57.24 g; Bł.: 27.95 g; Sól: 6.45 g; | E: 2333.74 kcal; B: 111.68 g; T: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; W: 352.75 g; W tym cukry: 55.65 g; Bł.: 29.85 g; Sól: 10.68 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: 2672.27 kcal; B: 128.76 g; T: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.56 g; W: 376.43 g; W tym cukry: 70.95 g; Bł.: 23.39 g; Sól: 7.77 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: 2448.93 kcal; B: 108.87 g; T: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; W: 354.89 g; W tym cukry: 99.75 g; Bł.: 18.57 g; Sól: 6.02 g; |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-01 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, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</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 | 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 Salko 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 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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 | 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>) Pyszka schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 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 |
| | 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 | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwiwna 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 | Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 | Wielowarzywna z zacierką*() (bez soli) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 90 g 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 | 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>) |
| | Kolacja | 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: 1885.25 kcal; B: 106.47 g; T: 50.76 g; Kw. tł. nasy.: 15.98 g; W: 262.78 g; W tym cukry: 68.74 g; Bł.: 29.29 g; Sól: 5.41 g; | E: 2308.69 kcal; B: 103.86 g; T: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; W: 370.02 g; W tym cukry: 51.98 g; Bł.: 35.31 g; Sól: 9.41 g; | E: 2579.60 kcal; B: 108.39 g; T: 45.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.85 g; W: 443.91 g; W tym cukry: 113.75 g; Bł.: 36.79 g; Sól: 7.65 g; | E: 2471.49 kcal; B: 110.76 g; T: 59.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; W: 381.16 g; W tym cukry: 64.52 g; Bł.: 35.57 g; Sól: 6.81 g; | E: 2247.25 kcal; B: 100.49 g; T: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; W: 339.17 g; W tym cukry: 102.58 g; Bł.: 30.83 g; Sól: 5.47 g; | E: 2250.24 kcal; B: 93.93 g; T: 59.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; W: 344.29 g; W tym cukry: 102.59 g; Bł.: 27.48 g; Sól: 4.22 g; | |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g 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 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 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 | 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 | Ziemiaczana (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 | 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-warzywna 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-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 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 | 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>) Rolađa z łopatki wieprzowej 40 g | Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt |
| | E: 1847.12 kcal; B: 91.03 g; T: 49.57 g; Kw. tł. nasy.: 9.42 g; W: 261.55 g; W tym cukry: 54.69 g; Bł.: 28.03 g; Sól: 7.54 g; | E: 2588.11 kcal; B: 99.76 g; T: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.93 g; W: 442.66 g; W tym cukry: 93.87 g; Bł.: 42.55 g; Sól: 9.55 g; | E: 2898.64 kcal; B: 114.93 g; T: 51.36 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; W: 515.63 g; W tym cukry: 152.78 g; Bł.: 45.67 g; Sól: 7.91 g; | E: 2632.76 kcal; B: 102.26 g; T: 50.43 g; Kw. tł. nasy.: 18.82 g; W: 454.78 g; W tym cukry: 127.20 g; Bł.: 30.91 g; Sól: 6.62 g; | E: 2410.68 kcal; B: 96.62 g; T: 52.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; W: 392.49 g; W tym cukry: 94.46 g; Bł.: 29.50 g; Sól: 4.96 g; | E: 2545.00 kcal; B: 91.72 g; T: 61.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; W: 417.83 g; W tym cukry: 119.22 g; Bł.: 31.17 g; Sól: 4.10 g; |

| | BIAL- WSZ Ubogokaloryczna | BIAL- WSZ Bezmleczna | BIAL- WSZ Hipoalergiczna | BIAL- WSZ Niskosodowa | BIAL- WSZ Trzuskowa | BIAL- WSZ Bezglutenowa | |
|------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-03 środa | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g 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 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 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 JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 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 JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 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 JEJCZ.</u>) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ.</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 JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska drobiowa (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 drobiowa 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 drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</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 |
| | Kolejca | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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 Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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 JEJCZ.</u>) | Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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: 1762.24 kcal; B: 92.66 g; T: 37.67 g; Kw. tł. nasy.: 9.34 g; W: 271.48 g; W tym cukry: 61.63 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 6.56 g; | E: 2517.99 kcal; B: 94.83 g; T: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.34 g; W: 412.18 g; W tym cukry: 58.58 g; Bł.: 34.63 g; Sól: 10.14 g; | E: 2720.02 kcal; B: 109.34 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 12.41 g; W: 462.64 g; W tym cukry: 100.68 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 8.16 g; | E: 2638.16 kcal; B: 102.96 g; T: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; W: 426.18 g; W tym cukry: 73.14 g; Bł.: 34.84 g; Sól: 6.82 g; | E: 2400.13 kcal; B: 96.10 g; T: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.12 g; W: 365.00 g; W tym cukry: 98.61 g; Bł.: 28.21 g; Sól: 5.61 g; | E: 2353.74 kcal; B: 82.80 g; T: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; W: 367.94 g; W tym cukry: 83.09 g; Bł.: 21.31 g; Sól: 4.25 g; |

| | BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna | BIAŁ- WSZ Bezmleczna | BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna | BIAŁ- WSZ Niskosodowa | BIAŁ- WSZ Trzuskowa | BIAŁ- WSZ Bezglutenowa | |
|---------------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-04 czwartek | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u> , może zawierać: <u>JAJ, GOR, SOJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 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 | Kasza manna na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g 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 | | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) (bez soli) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g 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>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml | |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 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 70 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 Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sałata 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>) 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 | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata 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 JĘCZ.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 1 szt | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 1 szt | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | |
| | | E: 1799.24 kcal; B: 90.19 g; T: 48.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; W: 266.66 g; W tym cukry: 58.45 g; Bł.: 34.02 g; Sól: 6.10 g; | E: 2138.58 kcal; B: 93.26 g; T: 48.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.30 g; W: 343.72 g; W tym cukry: 56.86 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 8.95 g; | E: 2358.51 kcal; B: 103.64 g; T: 52.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.22 g; W: 381.74 g; W tym cukry: 89.81 g; Bł.: 32.32 g; Sól: 7.08 g; | E: 2261.35 kcal; B: 93.24 g; T: 56.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; W: 356.58 g; W tym cukry: 69.96 g; Bł.: 28.75 g; Sól: 5.07 g; | E: 2555.13 kcal; B: 112.82 g; T: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; W: 374.47 g; W tym cukry: 107.14 g; Bł.: 27.39 g; Sól: 5.65 g; | E: 2267.61 kcal; B: 91.49 g; T: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.93 g; W: 351.40 g; W tym cukry: 97.49 g; Bł.: 19.62 g; Sól: 4.94 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 | |
|-------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-05 piątek | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml Salata zielona 10 g | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</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>) Pasta z białek z natką pietruszki 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | | Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez soli) () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Pulpet rybny (dorsz) (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2, MCK.</u>) Warzywa po grecku (bez soli) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz)(bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz)(bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | | Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por | | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por |
| | Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa z mlekiem instant b/c 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 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 | Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g | Chrupki kukurydziane 20 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Schab gotowany 40 g | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g |
| | | E: 1809.71 kcal; B: 83.77 g; T: 48.81 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 270.78 g; W tym cukry: 69.61 g; Bł.: 27.41 g; Sól: 6.11 g; | E: 2224.39 kcal; B: 84.09 g; T: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; W: 380.64 g; W tym cukry: 86.50 g; Bł.: 35.44 g; Sól: 7.51 g; | E: 2492.36 kcal; B: 111.59 g; T: 50.30 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; W: 416.34 g; W tym cukry: 128.38 g; Bł.: 36.07 g; Sól: 7.37 g; | E: 2299.42 kcal; B: 96.51 g; T: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; W: 378.09 g; W tym cukry: 90.04 g; Bł.: 29.99 g; Sól: 6.38 g; | E: 2310.49 kcal; B: 112.34 g; T: 53.79 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; W: 356.62 g; W tym cukry: 102.51 g; Bł.: 31.80 g; Sól: 6.22 g; | E: 2231.65 kcal; B: 72.98 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; W: 375.94 g; W tym cukry: 126.74 g; Bł.: 27.93 g; Sól: 3.15 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 | |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-06 sobota | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</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 70 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 Baton szynkowy z kurcząt 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g 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 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatki wieprzowej 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 70 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>) Rolada z łopatki wieprzowej (bez soli) 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</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 łopatki wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g 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 | Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g | | Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml | |
| | Obiad | Ryż na sypko (brązowy) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 100 g Surówka wykwiwna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami * 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) (bez soli) 180 g Potrawka drobiowa z warzywami (bez soli)* 230 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik drobiowy z udźca 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Klopsik drobiowy z udźca (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | Jabłko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 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, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.</u>) Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 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 70 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 drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 100 g (<u>SEL.</u>) 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-warzywna, 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>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Mandarynka 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Mandarynka 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Mandarynka 1 szt Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) | Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g |
| | E: 1816.13 kcal; B: 89.86 g; T: 47.19 g; Kw. tł. nasy.: 8.25 g; W: 274.36 g; W tym cukry: 73.13 g; Bł.: 30.90 g; Sól: 7.08 g; | E: 2312.34 kcal; B: 102.43 g; T: 53.72 g; Kw. tł. nasy.: 11.44 g; W: 368.96 g; W tym cukry: 73.64 g; Bł.: 33.27 g; Sól: 8.02 g; | E: 2673.80 kcal; B: 101.82 g; T: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 15.17 g; W: 445.92 g; W tym cukry: 130.51 g; Bł.: 35.76 g; Sól: 6.35 g; | E: 2452.28 kcal; B: 106.18 g; T: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; W: 388.12 g; W tym cukry: 85.04 g; Bł.: 32.51 g; Sól: 5.65 g; | E: 2371.89 kcal; B: 96.16 g; T: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 10.81 g; W: 370.04 g; W tym cukry: 106.66 g; Bł.: 29.94 g; Sól: 5.11 g; | E: 2092.72 kcal; B: 82.81 g; T: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.22 g; W: 319.68 g; W tym cukry: 69.55 g; Bł.: 21.88 g; Sól: 3.74 g; | |

| | BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna | BIAŁ- WSZ Bezmleczna | BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna | BIAŁ- WSZ Niskosodowa | BIAŁ- WSZ Trzuskowa | BIAŁ- WSZ Bezglutenowa | |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-07 niedziela | Śniadanie | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 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 | Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Suflet mięsno-jarzynowy () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JĘCZ.</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 | 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>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Sałata zielona 10 g | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml Chrupki kukurydziane 20 g | | Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml | |
| Obiad | Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () (bez soli) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Schab gotowany (bez soli) 90 g Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | |
| PD | Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) | | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | | Galaretko o smaku pomarańczowym 200 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt | Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt | |
| Kolacja | Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlna wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 Rolada z łopatkki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 15 g Rolada z łopatkki wieprzowej 100 g Sałata 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej (bez soli) 50 g Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatkki wieprzowej 100 g | Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<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>) | | 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>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 40 g | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g | |
| | E: 1784.10 kcal; B: 112.11 g; T: 39.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.26 g; W: 252.56 g; W tym cukry: 44.07 g; Bł.: 33.16 g; Sól: 7.03 g; | E: 2188.81 kcal; B: 104.94 g; T: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; W: 338.97 g; W tym cukry: 59.14 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 8.82 g; | E: 2748.38 kcal; B: 112.70 g; T: 58.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.74 g; W: 451.35 g; W tym cukry: 112.49 g; Bł.: 36.74 g; Sól: 6.87 g; | E: 2342.24 kcal; B: 108.93 g; T: 55.37 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; W: 357.63 g; W tym cukry: 76.20 g; Bł.: 33.61 g; Sól: 5.26 g; | E: 2498.95 kcal; B: 110.06 g; T: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 11.43 g; W: 408.13 g; W tym cukry: 107.62 g; Bł.: 34.34 g; Sól: 6.46 g; | E: 2216.46 kcal; B: 96.40 g; T: 50.13 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 351.12 g; W tym cukry: 101.99 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 4.93 g; | |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-22, piątek | Śniadanie | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE, _</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u>) <i>może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, MCK, _</i> Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ, _</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Kasza jaglana 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%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE, _</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) | | |
| | | E: 1822.21 kcal; B: 51.95 g; T: 35.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; W: 338.59 g; W tym cukry: 86.44 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 4.48 g; | E: 2295.72 kcal; B: 89.44 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 374.41 g; W tym cukry: 88.17 g; Bł.: 36.20 g; Sól: 6.94 g; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznikowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-23 sobota | Śniadanie | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 15 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Pasztet z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Serek homo. naturalny 50 g (MLE, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet drobiowy 40 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kotlety z brokuła* 300 g (GLU PSZ, JAJ, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02, _) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Ser żółty 50 g (MLE, _) Sałatka z makaronu-dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| PN | Mandarynka 1 szt Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) | | |
| | | E: 1741.58 kcal; B: 51.82 g; T: 33.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.61 g; W: 324.18 g; W tym cukry: 87.83 g; Bł.: 25.15 g; Sól: 3.70 g; | E: 2883.25 kcal; B: 94.04 g; T: 104.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; W: 407.95 g; W tym cukry: 88.39 g; Bł.: 39.14 g; Sól: 7.39 g; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|----------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-24 niedziela | Śniadanie | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II SN | | |
| | Obiad | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (Dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mandarynka 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolejca | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml | Barszcz czerwony czysty () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Ryba faszzerowana (dorsz) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ryba w galarecie (dorsz) () 50 g (<u>RYB.</u>) Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Mandarynka 1 szt Kompot z suszu 250 ml |
| | PN | Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) | |
| | | E: 2239.48 kcal; B: 65.52 g; T: 36.19 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; W: 428.27 g; W tym cukry: 95.79 g; Bł.: 34.30 g; Sól: 5.20 g; | E: 2762.37 kcal; B: 113.27 g; T: 51.80 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; W: 472.03 g; W tym cukry: 133.15 g; Bł.: 30.85 g; Sól: 6.85 g; |

| | | BIAŁ- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAŁ- WSZ Wegetariańska |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-25 poniedziałek | Śniadanie | Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jaglana 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 40 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kottlety sojowe 90 g (<u>SOJ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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%) 10 g (<u>MLE</u>) Szyunka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 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 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) |
| PN | Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt | | |
| | | E: 1758,36 kcal; B: 57,35 g; T: 44,66 g; Kw. tł. nasy.: 14,82 g; W: 287,08 g; W tym cukry: 77,79 g; Bł.: 19,37 g; Sól: 4,99 g; | E: 2574,31 kcal; B: 105,96 g; T: 80,68 g; Kw. tł. nasy.: 30,10 g; W: 359,02 g; W tym cukry: 77,32 g; Bł.: 28,21 g; Sól: 8,04 g; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznikowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-26 wtorek | Sniadanie | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 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>) Baton szynkowy z kurcząt 15 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE.</u>) Sałatka meksykańska 150 g (<u>JAJ. SEL. GOR.</u>) Twarożek 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Mandarynka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Pomidorowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kalańfior gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Pomidorowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Pierogi z truskawkami* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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 70 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>) Ser zółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) |
| PN | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) | |
| | E: 1660.72 kcal; B: 49.74 g; T: 31.64 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; W: 305.46 g; W tym cukry: 82.81 g; Bł.: 27.16 g; Sól: 4.41 g; | E: 2767.33 kcal; B: 99.31 g; T: 78.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; W: 416.68 g; W tym cukry: 101.46 g; Bł.: 30.36 g; Sól: 7.43 g; | |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Vegetariańska |
|------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-27 środa | Sniadanie | Platki 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>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody.białka wp 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, 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 |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, _</u>) Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Brokułowa z ryżem () 300 ml (<u>MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Knedle z truskawkami * 300 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Platki 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 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE, _</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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: 1851.47 kcal; B: 37.88 g; T: 25.88 g; Kw. tł. nasy.: 9.31 g; W: 379.89 g; W tym cukry: 74.02 g; Bł.: 23.14 g; Sól: 4.22 g; | E: 2734.67 kcal; B: 80.93 g; T: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; W: 480.60 g; W tym cukry: 85.79 g; Bł.: 28.91 g; Sól: 8.07 g; |

| | | BIAL- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- W SZ Wegetariańska |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-28 czwartek | Śniadanie | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa* dieta 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 200 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto wegetariańskie* 300 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) | Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 twarogu z natką pietruszki 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) |
| | PN | Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>) | |
| | E: 1910.39 kcal; B: 51.63 g; T: 46.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.56 g; W: 331.35 g; W tym cukry: 70.71 g; Bł.: 30.21 g; Sól: 4.75 g; | E: 2665.27 kcal; B: 89.71 g; T: 84.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; W: 396.64 g; W tym cukry: 69.96 g; Bł.: 30.67 g; Sól: 8.50 g; | |

| | | BIAŁ- WSZ Niskobiałkowa/Mocznikowa | BIAŁ- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-29 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 zawartości 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 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 | | |
| | 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 zawartości 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 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 | | |
| | | E: 1726.94 kcal; B: 58.84 g; T: 38.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.21 g; W: 294.11 g; W tym cukry: 83.74 g; Bł.: 28.19 g; Sól: 4.20 g; | E: 2420.12 kcal; B: 107.29 g; T: 50.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; W: 391.80 g; W tym cukry: 87.41 g; Bł.: 32.16 g; Sól: 8.14 g; |

| | | BIAL- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- W SZ Vegetariańska |
|-------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-30 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pasta z brokula* 50 g Salata 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 230 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Dżem 25 g 1 szt 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Salata 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: 1930.46 kcal; B: 80.03 g; T: 49.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; W: 305.99 g; W tym cukry: 73.30 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 5.30 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; |

| | | BIAŁ- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAŁ- WSZ Wegetariańska |
|----------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2023-12-31 niedziela | Śniadanie | Plątki 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 15 g Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Plątki 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 40 g Sos koperkowy *(bez mleka) 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ, _</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Plątki 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki (bez soli) 50 g (<u>MLE, _</u>) Pasztet z ciecierzycy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u>) |
| | PN | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) | Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE, _</u>) |
| | | 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: 2656.86 kcal; B: 109.85 g; T: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; W: 410.12 g; W tym cukry: 71.41 g; Bł.: 36.84 g; Sól: 7.82 g; |

| | | BIAL- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- W SZ Vegetariańska |
|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-01 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOZ</u>) Dżem 25 g 1 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 zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pasta z fasoli 50 g Salata 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 Szynka wieprzowa gotowana 40 g 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 | 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 30 g (<u>SEL</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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет wegetariański () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>) 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>) | | |
| | | E: 1600.00 kcal; B: 48.73 g; T: 34.46 g; Kw. tł. nasy.: 10.15 g; W: 282.68 g; W tym cukry: 61.80 g; Bł.: 30.59 g; Sól: 4.01 g; | E: 2646.94 kcal; B: 98.91 g; T: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; W: 410.27 g; W tym cukry: 58.73 g; Bł.: 35.67 g; Sól: 7.84 g; |

| | | BIAŁ- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAŁ- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-02 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 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 | 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>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Dynia 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 z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE, _</u>) Jablko 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka 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: 1902.13 kcal; B: 53.66 g; T: 33.62 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; W: 355.15 g; W tym cukry: 102.01 g; Bł.: 27.43 g; Sól: 3.81 g; | E: 2724.31 kcal; B: 94.79 g; T: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; W: 461.75 g; W tym cukry: 127.42 g; Bł.: 32.09 g; Sól: 7.98 g; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-03 środa | Śniadanie | Platki 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 15 g Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Platki 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>) 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 JEĆZ, _</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 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>) Kotlet 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 | Platki 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 tł.(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 tł.(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 JEĆZ, _</u>) Dżem 25 g 1 szt | |
| | E: 1817.71 kcal; B: 48.62 g; T: 37.02 g; Kw. tł. nasy.: 10.40 g; W: 332.23 g; W tym cukry: 60.87 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 4.76 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; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-04 czwartek | Sniadanie | Kasza manna na wywarze jarzynowym* 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u> , Twarożek 50 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 | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u> , Paszтет z fasoli () 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , Twarożek 50 g (<u>MLE</u> , Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , Makaron z warzywami* 200 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , Makaron 180 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Gulasz sojowy z warzywami* 150 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> , Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u> , Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 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 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ŻYT</u> , Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u> , Pasta z groszku zielonego b/ml 50 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> , Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| PN | Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g | Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 1 szt | |
| | E: 1940.74 kcal; B: 56.43 g; T: 26.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.83 g; W: 381.82 g; W tym cukry: 77.03 g; Bł.: 30.24 g; Sól: 6.27 g; | E: 2439.74 kcal; B: 99.68 g; T: 61.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 381.45 g; W tym cukry: 66.68 g; Bł.: 38.02 g; Sól: 8.46 g; | |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-05 piątek | Śniadanie | Zacierka na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek z natką pietruszki 30 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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>) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Krupnik jęczmienny (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet rybny (dorsz) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ, MCK.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Krupnik jęczmienny () 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Kotlety sojowe 90 g (<u>SOJ.</u>) Warzywa po grecku () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Kasza jaglana 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%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| PN | Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) | | |
| | | E: 1822.21 kcal; B: 51.95 g; T: 35.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; W: 338.59 g; W tym cukry: 86.44 g; Bł.: 27.84 g; Sól: 4.48 g; | E: 2295.72 kcal; B: 89.44 g; T: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; W: 374.41 g; W tym cukry: 88.17 g; Bł.: 36.20 g; Sól: 6.94 g; |

| | | BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- WSZ Wegetariańska |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-06 sobota | Śniadanie | Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, GLU OW, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Baton szynkowy z kurcząt 15 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Pasztet z ciecierzycy () 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) Serek homo. naturalny 50 g (MLE, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (GLU PSZ, SEL, _) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet drobiowy 40 g (GLU PSZ, JAJ, _) Sos jarzynowy () 50 ml (GLU PSZ, SEL, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Koperkowa z ziemniakami () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, _) Kotlety z brokuła* 300 g (GLU PSZ, JAJ, _) Buraczki gotowane () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2, _) 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 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, _) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, _) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE, _) Ser żółty 50 g (MLE, _) Sałatka z makaronu-dieta* 100 g (GLU PSZ, SEL, _) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | PN | Mandarynka 1 szt Chałka 50 g (GLU PSZ, JAJ, _) | |
| | | E: 1741.58 kcal; B: 51.82 g; T: 33.00 g; Kw. tł. nasy.: 8.61 g; W: 324.18 g; W tym cukry: 87.83 g; Bł.: 25.15 g; Sól: 3.70 g; | E: 2883.25 kcal; B: 94.04 g; T: 104.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; W: 407.95 g; W tym cukry: 88.39 g; Bł.: 39.14 g; Sól: 7.39 g; |

| | | BIAL- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa | BIAL- W SZ Wegetariańska |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2024-01-07 niedziela | Śniadanie | Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 30 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml | Kasza jęczmienna 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser zółty 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml |
| | II ŚN | | |
| | Obiad | Dyniowa z zacierką (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Pulpet wieprzowy 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml | Dyniowa z zacierką () 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Pierogi z truskawkami* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Jabiko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml |
| | PD | | |
| | Kolacja | Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 15 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Jabiko 1 szt 1 szt 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>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>) 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>) | | |
| | | E: 1881.78 kcal; B: 50.67 g; T: 32.40 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; W: 353.62 g; W tym cukry: 78.43 g; Bł.: 30.66 g; Sól: 4.06 g; | E: 2515.74 kcal; B: 88.08 g; T: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; W: 386.71 g; W tym cukry: 87.87 g; Bł.: 32.32 g; Sól: 6.53 g; |

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeny,
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 JE CZ - 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,