

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- W SZ Podstawowa	BIAL- W SZ Łatwo strawna	BIAL- W SZ Bogatobiałkowa	BIAL- W SZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- W SZ Cukrzyca	
2024-01-08 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 dodatkami wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ</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>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g 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 osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g 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>) Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Salata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	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	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	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	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 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>) 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 tl.(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 tl.(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: 2436.16 kcal; B: 94.70 g; T: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; W: 399.62 g; W tym cukry: 68.73 g; Bł.: 25.93 g; Sól: 10.08 g;	E: 2438.94 kcal; B: 82.41 g; T: 56.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; W: 418.96 g; W tym cukry: 90.64 g; Bł.: 29.25 g; Sól: 9.23 g;	E: 2334.91 kcal; B: 83.57 g; T: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.05 g; W: 391.96 g; W tym cukry: 81.96 g; Bł.: 19.96 g; Sól: 9.56 g;	E: 2517.18 kcal; B: 95.50 g; T: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; W: 415.01 g; W tym cukry: 86.11 g; Bł.: 20.49 g; Sól: 10.58 g;	E: 2571.40 kcal; B: 105.90 g; T: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; W: 401.72 g; W tym cukry: 119.58 g; Bł.: 32.81 g; Sól: 9.66 g;	E: 2403.19 kcal; B: 106.69 g; T: 75.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; W: 344.33 g; W tym cukry: 45.77 g; Bł.: 42.17 g; Sól: 9.10 g;	

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-09 wtorek	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>) 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 Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 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>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) 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>) Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 Sałata zielona 10 g
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g (<u>MLE</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńa duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE</u>) 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 jabłęk () 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>) Sałata 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>) 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>) 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 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>) Sałata 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>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN	E: 2524.92 kcal; B: 100.51 g; T: 51.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; W: 426.16 g; W tym cukry: 73.47 g; Bł.: 27.54 g; Sól: 8.78 g;	E: 2606.45 kcal; B: 112.75 g; T: 82.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; W: 359.71 g; W tym cukry: 69.85 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 10.54 g;	E: 2575.48 kcal; B: 110.17 g; T: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; W: 374.48 g; W tym cukry: 70.41 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 8.94 g;	E: 2910.05 kcal; B: 124.49 g; T: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; W: 436.03 g; W tym cukry: 110.44 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 9.47 g;	E: 2745.24 kcal; B: 113.40 g; T: 68.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 426.03 g; W tym cukry: 105.96 g; Bł.: 27.47 g; Sól: 8.76 g;	E: 2479.80 kcal; B: 111.28 g; T: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; W: 354.89 g; W tym cukry: 42.76 g; Bł.: 38.71 g; Sól: 8.81 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-10 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>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	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>) 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	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>) 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	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 tt.(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	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 tt.(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	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>) 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>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ, _</u>) Pomidor 50 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Buraczki gotowane () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Salatka szwedzka () 100 g (<u>GOR, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Buraczki gotowane () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Buraczki po francusku z olejem () 100 g Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>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	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, _</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
	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 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 tt.(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 tt.(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 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: 2470.48 kcal; B: 98.44 g; T: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; W: 415.55 g; W tym cukry: 76.33 g; Bł.: 30.18 g; Sól: 9.23 g;	E: 2512.82 kcal; B: 111.22 g; T: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; W: 384.90 g; W tym cukry: 88.65 g; Bł.: 33.59 g; Sól: 9.41 g;	E: 2421.04 kcal; B: 108.11 g; T: 50.16 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; W: 395.03 g; W tym cukry: 96.21 g; Bł.: 33.64 g; Sól: 7.76 g;	E: 2587.77 kcal; B: 116.99 g; T: 50.53 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; W: 428.02 g; W tym cukry: 123.67 g; Bł.: 37.23 g; Sól: 8.03 g;	E: 2468.04 kcal; B: 111.99 g; T: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 18.40 g; W: 409.55 g; W tym cukry: 119.38 g; Bł.: 33.89 g; Sól: 7.36 g;	E: 2338.10 kcal; B: 116.01 g; T: 64.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; W: 341.03 g; W tym cukry: 51.08 g; Bł.: 34.22 g; Sól: 9.08 g;	

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-11 czwartek	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 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			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 wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Pomidor 50 g	Mus z jabłek () z/c 100 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
	Obiad	Ziemiaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 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 wieprzowego) 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 wieprzowy 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 (brazowy) 180 g Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 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			Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE, _</u>) Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>)
	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 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>) 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 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 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 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 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 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 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 JECZ, _</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 wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzynny 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 wieprzowa,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;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-12 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 tt.(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 tt.(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 ŚN	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 tt.(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	Koktajl truskawkowy* 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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02, </u>) Pomidor 50 g
	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 Śledź 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>) 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 (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>)			Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE, </u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	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 udźca 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 tt.(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 tt.(62%) 10 g (<u>MLE, </u>) Pasta drobiowo-warzywana z udźca 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: 2693.69 kcal; B: 124.36 g; T: 60.37 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; W: 425.15 g; W tym cukry: 98.99 g; Bł.: 36.08 g; Sól: 9.21 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: 2259.64 kcal; B: 108.71 g; T: 66.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; W: 325.00 g; W tym cukry: 46.17 g; Bł.: 34.62 g; Sól: 8.82 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca
Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Poledwica 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>)	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 tł.(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 tł.(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			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 od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Salata zielona 10 g	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>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Salata zielona 10 g
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	Grochowa 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	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			Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 200 ml (<u>MLE</u>)
Kolejca	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 tł.(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 tł.(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	
2024-01-14 niedziela	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> Rolada z łopatką wieprzowej 50 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u>	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> 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	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> 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 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	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> 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 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 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 z kurczaka pieczony 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 JECZ,)</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	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> 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 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 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 JECZ,)</u>	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> 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 JECZ,)</u>	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tt.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> 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 JECZ,)</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	
2024-01-15 poniedziałek	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 SN	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	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>)	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron z serem 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) 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 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>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	
PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		
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: 2742.08 kcal; B: 104.10 g; T: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; W: 446.53 g; W tym cukry: 104.49 g; Bł.: 27.13 g; Sól: 8.85 g;	E: 2517.41 kcal; B: 112.66 g; T: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; W: 389.98 g; W tym cukry: 97.48 g; Bł.: 29.95 g; Sól: 7.69 g;	E: 2441.32 kcal; B: 105.01 g; T: 55.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; W: 388.75 g; W tym cukry: 88.43 g; Bł.: 28.04 g; Sól: 7.39 g;	E: 2902.43 kcal; B: 124.35 g; T: 63.14 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; W: 468.33 g; W tym cukry: 120.38 g; Bł.: 30.06 g; Sól: 9.58 g;	E: 3051.38 kcal; B: 129.40 g; T: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; W: 470.29 g; W tym cukry: 119.48 g; Bł.: 33.10 g; Sól: 9.57 g;	E: 2474.69 kcal; B: 120.68 g; T: 74.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; W: 350.93 g; W tym cukry: 50.56 g; Bł.: 39.10 g; Sól: 11.34 g;	

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Poledwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wierzprowiny, parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Salata zielona 10 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Platki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 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>) 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
Obiad	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki () 180 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Gyros z kurczaka 90 g (<u>GOR.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
PD	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml			Maślanka truskawkowa 200 ml (<u>MLE.</u>) Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g
Kolacja	Makaron na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wierzprowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g, 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 50 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pызdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
PN		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt		Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 20 g Salata zielona 20 g
	E: 2448.50 kcal; B: 88.27 g; T: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.25 g; W: 415.91 g; W tym cukry: 90.35 g; Bł.: 27.94 g; Sól: 10.53 g;	E: 2574.28 kcal; B: 102.52 g; T: 83.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; W: 365.40 g; W tym cukry: 100.03 g; Bł.: 31.26 g; Sól: 10.82 g;	E: 2388.22 kcal; B: 97.67 g; T: 58.31 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; W: 381.78 g; W tym cukry: 101.98 g; Bł.: 33.05 g; Sól: 8.90 g;	E: 3048.01 kcal; B: 120.53 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 22.09 g; W: 474.96 g; W tym cukry: 101.38 g; Bł.: 36.15 g; Sól: 11.77 g;	E: 2891.86 kcal; B: 114.83 g; T: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.54 g; W: 488.73 g; W tym cukry: 141.83 g; Bł.: 38.99 g; Sól: 9.86 g;	E: 2436.45 kcal; B: 99.33 g; T: 79.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; W: 345.08 g; W tym cukry: 34.73 g; Bł.: 35.17 g; Sól: 11.33 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątróbowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-17 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE,)</u> Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u>	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,)</u> Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,)</u> Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,)</u> Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,)</u> Sałata zielona 10 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, GLU OW,)</u> Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB, SEL,)</u> Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	II ŚN	Herbatniki 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u>			Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,)</u> Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Pomidor 50 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml (<u>MLE,)</u>	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,)</u> Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Pomidor 50 g
	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Ryż na sypko 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Buraczki gotowane () 120 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,)</u> Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SOJ,)</u> Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,)</u> Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml		Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JECZ,)</u> Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SOJ,)</u> Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml			Maślanka 200 ml (<u>MLE,)</u> Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Mandarynka 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE,)</u>
	Kolacja	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Serek a'la homogenizowany 70 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE,)</u> Schab Ojca Grzegorza-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 z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,)</u> Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,)</u> Schab Ojca Grzegorza-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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</u> Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,)</u> Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,)</u> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE,)</u> Schab Ojca Grzegorza-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 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 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml
	PN		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u> Dżem 25g 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: 2844.18 kcal; B: 107.50 g; T: 60.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; W: 476.29 g; W tym cukry: 117.18 g; Bł.: 26.50 g; Sól: 9.23 g;	E: 2506.44 kcal; B: 99.79 g; T: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; W: 384.63 g; W tym cukry: 72.42 g; Bł.: 34.28 g; Sól: 9.73 g;	E: 2526.89 kcal; B: 102.66 g; T: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.94 g; W: 402.20 g; W tym cukry: 82.70 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 7.99 g;	E: 2896.54 kcal; B: 121.72 g; T: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; W: 469.17 g; W tym cukry: 96.58 g; Bł.: 37.49 g; Sól: 10.12 g;	E: 2736.67 kcal; B: 111.68 g; T: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.95 g; W: 450.34 g; W tym cukry: 103.98 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 8.63 g;	E: 2420.83 kcal; B: 114.28 g; T: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; W: 355.13 g; W tym cukry: 51.48 g; Bł.: 36.25 g; Sól: 8.36 g;

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	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>) Szynka Beskidzka- wieprzowa parzona 50 g (<u>SOJ, MLE, _</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, _</u>)	Kasza manna 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</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, może zawierać: JAJ, GOR, S02, _</u>) Salata zielona 10 g Ogórek kiszony 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>) 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>) Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata 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 zawartosci 3/4 tł.(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>) Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata 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 zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE, _</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02, _</u>) Salata 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, _</u>) Chleb żytni razowy 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE, _</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, może zawierać: JAJ, GOR, S02, _</u>) Salata 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, _</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml
2024-01-18 czwartek	Obiad	Ziemniaczana () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Ziemniaki () 180 g Klopsik wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, _</u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, _</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 120 g (<u>SEL, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Sos boloński z mięsa wp () 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE, _</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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	Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u>) 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* z/c 250 ml	
		PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE, _</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, _</u>)
2024-01-18 czwartek	Kolacja	Płatki 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 Sopotcka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 55 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	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 Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, _</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 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	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 Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE, _</u>) Salata 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, _</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE, _</u>) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 20 g Salata 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/Pooleracyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-19 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>) 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 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 tł.(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 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	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 tł.(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,.</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% tł 150g 1 Por (<u>MLE,.</u>) Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Kefir 1,5% tł 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 tł.(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 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 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 Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca
Śniadanie	<p>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> Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u></p>	<p>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> Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Ketchup 15g saszetka 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>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> 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</p>	<p>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> Parówki z szynki-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 50 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>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> Baton szynkowy z kurcząt 50 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>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> 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</p>
II ŚN	<p>Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml</p>			<p>Maślanka 200 ml (<u>MLE,)</u></p>	<p>Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE,)</u></p>	<p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,)</u> Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,)</u> Sałata zielona 10 g</p>
2024-01-20 sobota	<p>Obiad</p>	<p>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</p>	<p>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> Jablko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>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</p>	<p>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> Sałatka 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</p>	
PD	<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,)</u></p>			<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,)</u> Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml</p>	<p>Jablko 1 szt 1 szt Wafle ryżowe 30 g</p>
Kolejca	<p>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</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> Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,)</u> Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałata zielona 10 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> Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,)</u> Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałata zielona 10 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> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,)</u> Ser żółty 50 g (<u>MLE,)</u> Sałata 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> Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,)</u> Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 50 g (<u>SEL,)</u> Sałata zielona 10 g Pomidor 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> Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02,)</u> Sałatka z makaronu- dieta* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml</p>
PN			<p>Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Mandarynka 1 szt</p>	<p>Mandarynka 1 szt Chałka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u></p>		<p>Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 50 g</p>
	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>	<p>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;</p>

	BIAL- Papkowata/Pooperacyjna/Rozdrobniona	BIAL- WSZ Podstawowa	BIAL- WSZ Łatwo strawna	BIAL- WSZ Bogatobiałkowa	BIAL- WSZ Wątrobowa/Wrzodowa	BIAL- WSZ Cukrzyca	
2024-01-21 niedziela	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>) 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) 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 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) 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 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>) Salata 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>) Salata 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 zawartosci 3/4 tł.(62%) 5 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata 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>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 20 g Salata zielona 10 g
	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 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 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>) 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 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>) 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>) 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>) 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>) 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>) 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 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>) Salata 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 Salata 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- 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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pasztet z fasoli () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/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 Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 łopatki wieprzowej 100 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli () (bez soli) 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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	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	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) 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 Rolada z łopatki wieprzowej 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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 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 90 g (<u>GLU PSZ, 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	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 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 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 JECZ.</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: 1775.38 kcal; B: 84.76 g; T: 48.03 g; Kw. tł. nasy.: 10.36 g; W: 265.69 g; W tym cukry: 64.22 g; Bł.: 32.47 g; Sól: 7.06 g;	E: 2034.20 kcal; B: 86.16 g; T: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.16 g; W: 312.44 g; W tym cukry: 55.59 g; Bł.: 31.95 g; Sól: 10.09 g;	E: 2358.19 kcal; B: 79.31 g; T: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 15.31 g; W: 387.38 g; W tym cukry: 120.90 g; Bł.: 35.87 g; Sól: 7.62 g;	E: 2431.11 kcal; B: 80.72 g; T: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; W: 408.64 g; W tym cukry: 83.21 g; Bł.: 23.33 g; Sól: 6.78 g;	E: 2205.21 kcal; B: 93.47 g; T: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; W: 345.23 g; W tym cukry: 103.17 g; Bł.: 31.31 g; Sól: 5.55 g;	E: 2164.12 kcal; B: 81.83 g; T: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; W: 322.62 g; W tym cukry: 101.93 g; Bł.: 27.30 g; Sól: 5.94 g;

	BIAL- W SZ Ubogokaloryczna	BIAL- W SZ Bezmleczna	BIAL- W SZ Hipoalergiczna	BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Trzuskawka	BIAL- W SZ Bezglutenowa	
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z brokuła* 50 g Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 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 brokuła* 50 g 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 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 Pasta z brokuła* 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>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* (bez soli) 50 g (<u>SEL.</u>) Pasta z brokuła* (bez soli) 50 g 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 drobiowo-warzywna z udźca 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 brokuła* 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g 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	Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron (bez soli) 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej (b/soli) 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem*(bez soli) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Bitka z szynki wieprzowej (b/glutenu) 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml Dyńia z wody 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 Drożdźówka 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: 1757.31 kcal; B: 89.27 g; T: 46.86 g; Kw. tł. nasy.: 8.90 g; W: 246.73 g; W tym cukry: 56.00 g; Bł.: 27.35 g; Sól: 7.43 g;	E: 2203.03 kcal; B: 95.05 g; T: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 11.29 g; W: 332.45 g; W tym cukry: 51.59 g; Bł.: 28.01 g; Sól: 8.48 g;	E: 2440.96 kcal; B: 109.30 g; T: 56.46 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; W: 380.21 g; W tym cukry: 86.86 g; Bł.: 30.67 g; Sól: 5.66 g;	E: 2182.55 kcal; B: 91.88 g; T: 61.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; W: 318.96 g; W tym cukry: 59.26 g; Bł.: 27.26 g; Sól: 4.41 g;	E: 2278.39 kcal; B: 102.74 g; T: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 10.07 g; W: 361.25 g; W tym cukry: 91.16 g; Bł.: 26.83 g; Sól: 5.09 g;	E: 2265.55 kcal; B: 76.60 g; T: 59.58 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; W: 357.67 g; W tym cukry: 96.68 g; Bł.: 25.27 g; Sól: 5.00 g;

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-10 środa	Sniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) 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>) 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 drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Buraczki po francusku z olejem b/c () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 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 Szynka wieprzowa pieczona 90 g Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez soli) 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane (bez soli) () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Buraczki gotowane () 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 Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (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	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
	Kolejca	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra 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 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 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>) Pyzdra 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		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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: 1764.13 kcal; B: 94.77 g; T: 31.76 g; Kw. tł. nasy.: 10.80 g; W: 284.77 g; W tym cukry: 82.16 g; Bł.: 29.76 g; Sól: 6.08 g;	E: 2333.03 kcal; B: 102.70 g; T: 48.04 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; W: 384.99 g; W tym cukry: 84.39 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 7.79 g;	E: 2727.72 kcal; B: 110.76 g; T: 52.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; W: 465.59 g; W tym cukry: 117.95 g; Bł.: 37.77 g; Sól: 7.20 g;	E: 2428.70 kcal; B: 98.60 g; T: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; W: 406.52 g; W tym cukry: 97.76 g; Bł.: 35.96 g; Sól: 6.12 g;	E: 2235.05 kcal; B: 100.16 g; T: 45.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; W: 367.24 g; W tym cukry: 112.60 g; Bł.: 31.46 g; Sól: 5.67 g;	E: 2238.05 kcal; B: 94.74 g; T: 50.78 g; Kw. tł. nasy.: 15.76 g; W: 359.82 g; W tym cukry: 111.85 g; Bł.: 26.92 g; Sól: 3.18 g;

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-11 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 Kłopsik 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 * 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 Kłopsik 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 Kłopsik 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 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 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 JECZ,</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, S02,</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
2024-01-12 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 faszerowana (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 faszerowana (dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: GLU PSZ, SKO, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02, MCK.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 350 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem ()(bez soli) 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) (bez soli) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba gotowana (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	
	Kolacja Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pasta drobiowo-warzywana 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>) 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	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 drobiowo-warzywana 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>) Twarożek 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Wafle tortowe 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Suflet mięsno-jarzynowy () 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)
	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: 2620.47 kcal; B: 112.37 g; T: 44.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.93 g; W: 454.33 g; W tym cukry: 112.58 g; Bł.: 34.91 g; Sól: 8.70 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: 2130.27 kcal; B: 109.25 g; T: 34.11 g; Kw. tł. nasy.: 6.07 g; W: 356.60 g; W tym cukry: 90.68 g; Bł.: 30.63 g; Sól: 6.31 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	
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną b/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym () 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sałata zielona 10 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z brokuła * 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 20 g Sałata zielona 10 g		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* z/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, JECZ.</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	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)		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>) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi b/c () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Schab gotowany 50 g Dżem 25 g 2 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pasta mięsno-warzywna z mięsa wieprzowego () 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	PN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 40 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g
	E: 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	
2024-01-14 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 osl.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udzca 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 osl.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udzca 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 udzca 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 udzca 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 osl.niejad 50 g Galaretk drobiowa z udzca kurczaka* 100 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II SN	Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pyszdra 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	Grysikowa () 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		Grysikowa (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	Grysikowa () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 150 g Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g		Wafle ryżowe 30 g Mus z jabłek () z/c 100 g		Wafle ryżowe 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 50 g (<u>MLE,</u>) Schab Ojca Grzegorza-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 wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt	Sok wielowarzynowy pasteryzowany 0,33l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Drożdżówka 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;	

	BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna	BIAŁ- WSZ Niskosodowa	BIAŁ- WSZ Trzuskowa	BIAŁ- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-15 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 b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynkowa dębowa drobiowa 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 z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL.</u>) Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatkı wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g Miks o zawartości 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) 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 z/c 250 ml
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml		Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	
	Obiad	Makaron pełnoziarnisty 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy () 70 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soli) () 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem (bez soli) 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 180 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka () 200 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Jabłko 1 szt 1 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	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>) 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 łopatkı wieprzowej 40 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt
	E: 1914.08 kcal; B: 102.35 g; T: 50.08 g; Kw. tł. nasy.: 15.05 g; W: 269.71 g; W tym cukry: 67.84 g; Bł.: 32.61 g; Sól: 5.32 g;	E: 2470.24 kcal; B: 100.28 g; T: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; W: 406.07 g; W tym cukry: 55.72 g; Bł.: 41.42 g; Sól: 9.42 g;	E: 2738.17 kcal; B: 105.47 g; T: 49.73 g; Kw. tł. nasy.: 10.51 g; W: 479.82 g; W tym cukry: 117.99 g; Bł.: 43.42 g; Sól: 7.64 g;	E: 2582.00 kcal; B: 107.01 g; T: 52.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.79 g; W: 425.07 g; W tym cukry: 89.46 g; Bł.: 31.06 g; Sól: 6.53 g;	E: 2393.58 kcal; B: 98.12 g; T: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 10.85 g; W: 364.89 g; W tym cukry: 100.79 g; Bł.: 27.76 g; Sól: 4.86 g;	E: 2344.02 kcal; B: 89.54 g; T: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; W: 368.64 g; W tym cukry: 106.55 g; Bł.: 32.83 g; Sól: 4.15 g;	

	BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna	BIAŁ- WSZ Niskosodowa	BIAŁ- WSZ Trzuskowa	BIAŁ- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-16 wtorek	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 SN	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	
Obiad	Ziemiaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka wykwaszona z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 50 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzynna z zacierką*() (bez soli) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () (bez soli) 180 g Roladka drobiowa (bez soli) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez soli)* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem (bez soli) () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa (bez mleka) () 300 ml (<u>SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ryżowa () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemiaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu)* 50 ml (<u>MLE.</u>) Marchew oprószana z olejem () (bez glutenu) 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	
	PD	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>)
Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Pyszka 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>) Pyszka 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>) Pyszka szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	
	PN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Banan 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1szt. 1 szt Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Chleb tostowy pszenny 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki wieprzowej 40 g	Wafle ryżowe 30 g Banan 1szt. 1 szt
<p>E: 1813.81 kcal; B: 89.95 g; T: 52.08 g; Kw. tł. nasy.: 9.71 g; W: 254.66 g; W tym cukry: 55.59 g; Bł.: 24.71 g; Sól: 7.86 g;</p> <p>E: 2422.08 kcal; B: 98.15 g; T: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 12.44 g; W: 406.63 g; W tym cukry: 90.13 g; Bł.: 36.44 g; Sól: 9.77 g;</p> <p>E: 2812.38 kcal; B: 115.06 g; T: 49.86 g; Kw. tł. nasy.: 13.43 g; W: 494.16 g; W tym cukry: 148.54 g; Bł.: 39.04 g; Sól: 8.15 g;</p> <p>E: 2517.78 kcal; B: 100.82 g; T: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.27 g; W: 410.91 g; W tym cukry: 102.25 g; Bł.: 35.42 g; Sól: 7.02 g;</p> <p>E: 2259.87 kcal; B: 93.80 g; T: 51.45 g; Kw. tł. nasy.: 11.37 g; W: 366.80 g; W tym cukry: 96.25 g; Bł.: 32.57 g; Sól: 5.80 g;</p> <p>E: 2416.55 kcal; B: 86.67 g; T: 59.20 g; Kw. tł. nasy.: 14.97 g; W: 393.51 g; W tym cukry: 115.26 g; Bł.: 25.82 g; Sól: 4.48 g;</p>							

	BIAL- W SZ Ubogokaloryczna	BIAL- W SZ Bezmleczna	BIAL- W SZ Hipoalergiczna	BIAL- W SZ Niskosodowa	BIAL- W SZ Trzuskowa	BIAL- W SZ Bezglutenowa	
2024-01-17 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 Salata 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 Salata 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 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 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>) Salata 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 Salata 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 wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ.</u>) Pulpet wieprzowy (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 wieprzowa (bez soli) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez soli) () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Ziemniaczana (bez glutenu) () 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (paraboliczny) 180 g Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos jarzynowy (bez glutenu) () 50 ml (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD	Mandarynka 1 szt Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Maślanka 200 ml (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Chleb żytni razowy 65 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE.</u>) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona, z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata 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 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 Miód (25g) 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 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 Salata 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 Salata 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: 1769.60 kcal; B: 98.63 g; T: 36.16 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; W: 270.86 g; W tym cukry: 62.07 g; Bł.: 29.79 g; Sól: 5.40 g;	E: 2525.35 kcal; B: 100.80 g; T: 57.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; W: 411.56 g; W tym cukry: 59.02 g; Bł.: 34.63 g; Sól: 8.98 g;	E: 2760.52 kcal; B: 113.02 g; T: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; W: 462.64 g; W tym cukry: 100.68 g; Bł.: 34.70 g; Sól: 8.10 g;	E: 2669.66 kcal; B: 105.48 g; T: 65.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; W: 426.18 g; W tym cukry: 73.14 g; Bł.: 34.84 g; Sól: 6.75 g;	E: 2431.63 kcal; B: 98.62 g; T: 68.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.79 g; W: 365.00 g; W tym cukry: 98.61 g; Bł.: 28.21 g; Sól: 5.54 g;	E: 2372.91 kcal; B: 89.71 g; T: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 14.69 g; W: 367.32 g; W tym cukry: 83.53 g; Bł.: 21.31 g; Sól: 3.07 g;

	BIAŁ- WSZ Ubogokaloryczna	BIAŁ- WSZ Bezmleczna	BIAŁ- WSZ Hipoalergiczna	BIAŁ- WSZ Niskosodowa	BIAŁ- WSZ Trzuskowa	BIAŁ- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-18 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, SO2</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	
2024-01-18 czwartek	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
2024-01-18 czwartek	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- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-19 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 zawartosci 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 bialek 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 zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z bialek 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 łopatkki 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 łopatkki 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 zawartosci 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 łopatkki wieprzowej 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g 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 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	
2024-01-20 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 wykwiutna 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 Wafle ryżowe 30 g	Mandarynka 1 szt Chałka 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;	

	BIAL- WSZ Ubogokaloryczna	BIAL- WSZ Bezmleczna	BIAL- WSZ Hipoalergiczna	BIAL- WSZ Niskosodowa	BIAL- WSZ Trzuskowa	BIAL- WSZ Bezglutenowa	
2024-01-21 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, 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 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, PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Chleb tostowy 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 pszenno-żytni 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
	Kolejca	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 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 15 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>) Serek a'la homogenizowany o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE.</u>) Rolada z łopatki 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 pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml Chleb tostowy pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Rolada z łopatki 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 pszenno-żytni 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- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2024-01-08 poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300 ml (SEL) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE) Szynkowa 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	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) 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) Paszтет z fasoli () 50 g (GLU PSZ, JAJ) Sałata zielona 10 g Rzodkiew biała 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) () 300 ml (SEL) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE) Ser topiony 25g 2 szt (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Kawa z mlekiem instant 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)
	PN	Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		E: 1768.70 kcal; B: 33.53 g; T: 24.72 g; Kw. tł. nasy.: 8.16 g; W: 366.77 g; W tym cukry: 80.63 g; Bł.: 16.31 g; Sól: 4.79 g;	E: 2772.70 kcal; B: 86.58 g; T: 71.68 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; W: 465.80 g; W tym cukry: 82.34 g; Bł.: 29.80 g; Sól: 8.36 g;

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-09 wtorek	Śniadanie	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 Pasta z brokuła * 50 g 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>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Pasta z brokuła * 50 g Twarożek 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Solferino (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Bitka z szynki wieprzowej 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 50 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Solferino () 300 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Makaron 180 g (<u>GLU PSZ</u>) Gulasz warzywny z ciecierzycą* 150 g (<u>GLU PSZ SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ</u>) 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 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ser zółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata 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: 1786.62 kcal; B: 57.24 g; T: 40.73 g; Kw. tł. nasy.: 9.74 g; W: 303.16 g; W tym cukry: 62.90 g; Bł.: 26.97 g; Sól: 4.56 g;	E: 2642.93 kcal; B: 96.66 g; T: 72.93 g; Kw. tł. nasy.: 26.34 g; W: 406.25 g; W tym cukry: 76.60 g; Bł.: 33.05 g; Sól: 7.88 g;	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-10 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 w p 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>) Papykarz 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	Rosół z makaronem () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Buraczki gotowane () 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 z brokuła* 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Buraczki gotowane () 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 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: 1778.62 kcal; B: 54.35 g; T: 29.67 g; Kw. tł. nasy.: 10.76 g; W: 334.30 g; W tym cukry: 73.45 g; Bł.: 30.23 g; Sól: 4.46 g;	E: 2650.83 kcal; B: 92.28 g; T: 80.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; W: 402.07 g; W tym cukry: 87.20 g; Bł.: 36.28 g; Sól: 7.95 g;	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Vegetariańska
2024-01-11 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 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 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 JECZ.</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/Mocznicowa	BIAŁ- WSZ Wegetariańska
2024-01-12 piątek	Śniadanie	Plátky pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (GLU PSZ, SEL) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 15 g (MLE) Pasta z jaj 30 g (JAJ, MLE) Serek a'la homogenizowany 30 g (MLE) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Plátky pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE) Pasta z jaj 50 g (JAJ, MLE) Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) 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 (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 40 g (RYB) Brokuł gotowany* 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB) Brokuł gotowany* 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%) 15 g (MLE) Twarożek 30 g (MLE) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (MLE) Twarożek 70 g (MLE) 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 (GLU PSZ, SOJ) 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- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-13 sobota	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokula* 50 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 15 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ</u>) Pasta z brokula* 50 g Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml
	II ŚN		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU JEJCZ</u>) Gulasz wieprzowy 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>) Jabiko 1 szt 1 szt Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolejca	Makaron na wywarze jarzynowym () 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Surówka z marchwi () (z olejem) 100 g (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem instant 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ</u>)
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Wafle ryżowe 30 g		
	E: 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
2024-01-14 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- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 250 ml (<u>SEL</u>) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 15 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, 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 tł.(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	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>) Dyńia 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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 tł.(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 tł.(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: 1722.44 kcal; B: 50.34 g; T: 34.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; W: 305.19 g; W tym cukry: 63.86 g; Bł.: 27.92 g; Sól: 3.27 g;	E: 2830.94 kcal; B: 103.12 g; T: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; W: 460.23 g; W tym cukry: 91.41 g; Bł.: 38.97 g; Sól: 8.09 g;

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-16 wtorek	Śniadanie	Plątki 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	Plątki 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 SN		
	Obiad	Wielowarzywna z zacierką*() (bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u>) ziemniaki z koperkiem () 180 g Roladka drobiowa 40 g (<u>JAJ, _</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Marchew oprószana z olejem () 200 g (<u>GLU PSZ, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml	Wielowarzywna z zacierką*() 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, _</u>) Pierogi z serem* 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, _</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE, _</u>) Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml
	PD		
	Kolacja	Makaron na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, _</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u>) Miks o zawartosci 3/4 tł.(62%) 10 g (<u>MLE, _</u>) Pyszka szynkowa-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: 1777.71 kcal; B: 49.74 g; T: 34.23 g; Kw. tł. nasy.: 9.87 g; W: 332.67 g; W tym cukry: 99.95 g; Bł.: 30.10 g; Sól: 4.61 g;	E: 2540.31 kcal; B: 90.58 g; T: 60.90 g; Kw. tł. nasy.: 17.73 g; W: 411.79 g; W tym cukry: 94.74 g; Bł.: 28.79 g; Sól: 7.74 g;

	BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska	
2024-01-17 środa	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL</u>, <u>GLU</u>, <u>OW</u>,) Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>,) Miks o zawartosci 3/4 tl.(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</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u>, <u>GLU</u>, <u>OW</u>,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>,) Paprykarz rybno(dorsz)-warzywny* 50 g (<u>RYB</u>, <u>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</p>
	II ŚN		
	Obiad	<p>Ziemniaczana (bez mleka) () 300 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<u>GLU</u>, <u>JĘCZ</u>,) Pieczeń rzymska wieprzowa 40 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>,) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Ziemniaczana () 300 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,) Kotlet z jaj 300 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>JAJ</u>,) Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>
	PD		
	Kolacja	<p>Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>SEL</u>,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ŻYT</u>,) Miks o zawartosci 3/4 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>,) Serek a'la homogenizowany 30 g (<u>MLE</u>,) Sałata zielona 10 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 tl.(62%) 10 g (<u>MLE</u>,) Serek a'la homogenizowany 50 g (<u>MLE</u>,) Ser topiony 25g 2 szt (<u>MLE</u>,) Sałata zielona 10 g Jablko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z cytryną z/c 250 ml</p>
	PN	<p>Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 50 g (<u>GLU</u>, <u>PSZ</u>, <u>GLU</u>, <u>ŻYT</u>, <u>GLU</u>, <u>JĘCZ</u>,) Dżem 25 g 1 szt</p>	
	<p>E: 1831.71 kcal; B: 49.74 g; T: 38.06 g; Kw. tł. nasy.: 11.14 g; W: 332.23 g; W tym cukry: 60.87 g; Bł.: 30.35 g; Sól: 4.73 g;</p>	<p>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;</p>	

		BIAL- WSZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-18 czwartek	Śniadanie	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- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2024-01-19 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, SOZ, 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/Mocznicowa	BIAL- WSZ Wegetariańska
2024-01-20 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- W SZ Niskobiałkowa/Mocznicowa	BIAL- W SZ Wegetariańska
2024-01-21 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 pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż:

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