

| 09.12.2024                                                                                  |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                               | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                     | II kolacja                                                                                                                      |
| Podstawowa                                                                                  | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)                               | Grochowa (450 ml/1,9)<br>Łazanki z kapustą kiszoną i z duszonym mięsem wieprzowym (350 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                           |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                            |
| E: 2 550,1 kcal B: 91,7 T: 83,2 kw. tł.: 29,6 W: 395,1 w tym cukry: 50,5 Bł: 40,1 sól: 7,7  |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |
| Z ogr. latwo p. węglowodanów                                                                | Jajko gotowane (2 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                                | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Ryż brązowy z filetem drobiowym duszonym i gotowanymi warzywami (350 g/9),<br>surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata (250 ml)                      | Ser biały (100 g/7),<br>chleb razowy 90 g/1,6, mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>pomidor (50 g)<br>(dodatek insulinowy) |
| E: 2 436,8 kcal B: 105,3 T: 72,1 kw. tł.: 23,0 W: 389,2 w tym cukry: 46,0 Bł: 51,3 sól: 4,7 |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Grochowa (450 ml/1,9)<br>Łazanki z kapustą kiszoną i z duszonym mięsem wieprzowym (350 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                           |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                            |
| E: 2 658,1 kcal B: 99,4 T: 86,8 kw. tł.: 31,7 W: 406,3 w tym cukry: 52,3 Bł: 40,1 sól: 8,0  |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |
| Lekkostrawna                                                                                | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>surówka z kapusty pekińskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)     |              | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                            |
| E: 2 696,3 kcal B: 94,9 T: 81,9 kw. tł.: 28,6 W: 431,6 w tym cukry: 52,5 Bł: 40,2 sól: 5,5  |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                 |

|                                                                                             |                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                          |                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Z ogr. subst. pobudz. wydzieln. soku żółciowego                                             | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)     | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Makaron na mleku (450 ml/1,7)                     |
| E: 2 793,3 kcal B: 111,0 T: 79,4 kw. tł.: 31,0 W: 439,5 w tym cukry: 39,0 Bł: 34,1 sól: 4,5 |                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                          |                                                   |
| Ubogoenergetyczna                                                                           | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)             | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)          | Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 490,6 kcal B: 95,3 T: 71,8 kw. tł.: 26,1 W: 398,8 w tym cukry: 40,6 Bł: 36,6 sól: 3,7  |                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                          |                                                   |
| Ubogoresztkowa                                                                              | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)     | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 526,6 kcal B: 98,5 T: 71,6 kw. tł.: 26,1 W: 403,0 w tym cukry: 38,2 Bł: 34,4 sól: 4,7  |                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                          |                                                   |
| Z ogr. tłuszczu                                                                             | Szynka konserwowa (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| E: 2 508,0 kcal B: 99,4 T: 68,3 kw. tł.: 25,2 W: 404,6 w tym cukry: 38,5 Bł: 34,4 sól: 6,1  |                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                                          |                                                   |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                                      | Miód (50 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                              | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Łazanki z kapustą kiszoną bez mięsa (350 g/1,9), jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                 |                       | Kasza z warzywami gotowanymi (350 g/1,9),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                 | Sok pomidorowy (1 szt)                            |
| <b>E: 1 795,1 kcal B: 44,5 T: 21,4 kw. tł.: 8,1 W: 354,8 w tym cukry: 54,0 BI: 36,7 sól: 3,9</b>   |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |
| Bezsolna                                                                                           | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                          | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)                           |                       | Schab pieczony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                               | Sok pomidorowy (1 szt)                            |
| <b>E: 2 461,5 kcal B: 94,3 T: 70,1 kw. tł.: 25,6 W: 394,6 w tym cukry: 38,6 BI: 34,4 sól: 5,0</b>  |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |
| Papkowata, półpłynna                                                                               | Pasta z jajek (100 g/3),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                            | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9), sos pomidorowy (100 ml/1,7), jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml) |                       | Schab pieczony mielony (60 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                       | Makaron na mleku (450 ml/1,7)                     |
| <b>E: 2 950,2 kcal B: 118,6 T: 93,5 kw. tł.: 38,2 W: 439,9 w tym cukry: 39,0 BI: 34,1 sól: 4,7</b> |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |
| Bogatobiałkowa                                                                                     | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                          | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/9),<br>jarzynka gotowana (150 g/1,9), kompot z owoców mr. (250 ml)                           |                       | Schab pieczony (60 g),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                               | Makaron na mleku (450 ml/1,7)                     |
| <b>E: 2 839,3 kcal B: 115,7 T: 83,6 kw. tł.: 33,2 W: 439,9 w tym cukry: 43,4 BI: 37,5 sól: 3,1</b> |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |
| Polożnice                                                                                          | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Krupnik jęczmienny (450 ml/1,9)<br>Łazanki z kapustą kiszoną i z duszonym mięsem wieprzowym (350 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                           | Herbatniki (50 g/1,7) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/1,3)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ćwikła (120 g/12)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/1,6), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 918,8 kcal B: 104,0 T: 89,4 kw. tł.: 31,6 W: 459,4 w tym cukry: 68,1 BI: 38,8 sól: 7,8</b> |                                                                                                                                                                                         |                                              |                                                                                                                                                                                                    |                       |                                                                                                                                                        |                                                   |

|                  |                                                                                                                                                                                                           |                |                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                            |                        |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>Bezmięsne</b> | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Łazanki z kapustą kiszoną bez mięsa (350 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z grochu (100 g/ <b>9</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy (1 szt) |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|

**E: 2 222,7 kcal B: 81,3 T: 39,8 kw. tł.: 15,5 W: 427,8 w tym cukry: 51,1 Bł: 48,2 sól: 6,3**

|                                      |                                                                                                                                                                                  |                |                                                                                                                                                         |                                |                                                                                                                                                                                        |                                        |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b> | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Łazanki z kapustą kiszoną i z duszonym mięsem wieprzowym (350 g/ <b>1,9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) | Herbatniki (50 g/ <b>1,7</b> ) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ <b>1,3</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Makaron na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|

**E: 3 066,5 kcal B: 107,7 T: 93,5 kw. tł.: 34,3 W: 482,8 w tym cukry: 67,1 Bł: 38,1 sól: 5,7**

|               |                                                                                                                                                                                                           |                |                                                                                                                                                                                                                 |                                          |                                                                                                                                                                                   |                                                                     |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>Dzieci</b> | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jaglane na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt) | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Risotto z mięsem wieprzowym duszonym i gotowanymi jarzynami (500 g/ <b>9</b> ),<br>surówka z kapusty pekińskiej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Kanapka z pomidorem (1 szt/ <b>1,6</b> ) | Pieczeń rzymska pieczona (90 g/ <b>1,3</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Szynka delikatesowa (30 g/ <b>1,6</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|

**E: 3 064,3 kcal B: 112,9 T: 100,3 kw. tł.: 35,8 W: 467,5 w tym cukry: 53,2 Bł: 43,5 sól: 7,5**

**Alergeny:** 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.

| 10.12.2024                                                                                  |                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                           | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                        | II kolacja                                                                                                                       |
| Podstawowa                                                                                  | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)   |              | Bigos (300 g/1)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                                       | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt/1)                                                                                                |
| E: 2 325,0 kcal B: 90,1 T: 73,2 kw. tł.: 28,7 W: 362,8 w tym cukry: 60,6 Bł: 39,8 sól: 5,7  |                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6),<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 m)            | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), kasza gryczana gotowana (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                      |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)           | Jajko gotowane (1 szt/3), Chleb razowy (90 g/1,6),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), papryka (50 g) (dodatek insulinowy) |
| E: 2 362,0 kcal B: 108,3 T: 78,1 kw. tł.: 25,9 W: 340,3 w tym cukry: 30,3 Bł: 36,8 sól: 8,0 |                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
| Bogatorreszkowa                                                                             | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Bigos (300 g/1)<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                                       | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt/1)                                                                                                |
| E: 2 433,0 kcal B: 97,8 T: 76,8 kw. tł.: 30,8 W: 374,0 w tym cukry: 62,4 Bł: 39,8 sól: 6,0  |                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |
| Lekkostrawna                                                                                | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ 1,7,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ogórek kiszony (50 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt/1)                                                                                                |
| E: 2 177,5 kcal B: 97,4 T: 58,2 kw. tł.: 22,2 W: 348,8 w tym cukry: 61,0 Bł: 36,6 sól: 5,6  |                                                                                                     |                                              |                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                  |

|                                                                                                    |                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                    |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Z ogr. s. pobudź. wydziel. soku żółciowego                                                         | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Manna na mleku (450 ml/1,7)        | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 693,9 kcal B: 128,4 T: 78,2 kw. tł.: 31,7 W: 403,0 w tym cukry: 47,8 Bł: 37,2 sól: 5,0</b> |                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                    |                                   |
| Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu                                                                    | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka pszenna (1 szt/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                       | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)    |
| <b>E: 2 178,4 kcal B: 95,8 T: 59,7 kw. tł.: 22,2 W: 343,0 w tym cukry: 58,4 Bł: 31,8 sól: 4,2</b>  |                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                    |                                   |
| Ubogoenerygetyczna                                                                                 | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                           | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/1,3,9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)         | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)    |
| <b>E: 2 106,4 kcal B: 94,3 T: 60,0 kw. tł.: 22,2 W: 327,3 w tym cukry: 61,8 Bł: 33,5 sól: 3,3</b>  |                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                    |                                   |
| Niskobiałkowa                                                                                      | Krupnik jaglany (450 ml/9),<br>bułka parówka (120 g/1),<br>masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Pyzy bez mięsa gotowane (300 g/1),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                    |  | Bigos bez mięsa (300 g/1),<br>bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g).<br>Herbata z cukrem (250 ml)                         | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)    |
| <b>E: 2 275,6 kcal B: 47,4 T: 52,7 kw. tł.: 20,1 W: 442,4 w tym cukry: 66,4 Bł: 43,8 sól: 4,6</b>  |                                                                                                                             |                         |                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                    |                                   |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                         |                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Bezsolna</b>                                                                                    | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                                                                      | Jabłko (1 szt)                               | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)      |                   | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                      | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)    |
| <b>E: 2 178,4 kcal B: 95,8 T: 59,7 kw. tł.: 22,2 W: 343,0 w tym cukry: 58,4 Bł: 31,8 sól: 4,2</b>  |                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                         |                                   |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                        | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Manna na mleku (450 ml/1,7)                                                       | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany mielony w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                   | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                      | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 734,9 kcal B: 128,4 T: 78,2 kw. tł.: 31,8 W: 413,3 w tym cukry: 45,7 Bł: 37,2 sól: 5,0</b> |                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                         |                                   |
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                              | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Manna na mleku (450 ml/1,7)                                                          | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)      |                   | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                    | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
| <b>E: 2 770,9 kcal B: 134,6 T: 82,1 kw. tł.: 33,9 W: 408,8 w tym cukry: 50,9 Bł: 38,9 sól: 4,5</b> |                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                         |                                   |
| <b>Poloźnice</b>                                                                                   | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Manna na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)            | Krakersy (35 g/1) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1), Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1 szt/1)    |
| <b>E: 2 781,3 kcal B: 126,1 T: 82,6 kw. tł.: 31,6 W: 417,9 w tym cukry: 65,3 Bł: 39,3 sól: 6,7</b> |                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                         |                                   |

|                  |                                                                                                                                |                |                                                                                                                                                                                                                          |  |                                                                                                      |                                            |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| <b>Bezmięsne</b> | Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> ),<br>Grahamka (1 szt/ <b>1,6</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Kotlet sojowy pieczony (100 g/ <b>1,3,6</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Bigos bez mięsa (300 g/ <b>1</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt/ <b>1</b> ) |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|

|                                     |                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                   |                                   |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| D.<br>ubogobakteryjne<br>podstawowe | Serek naturalny (1 szt/7),<br>Grahamka (1 szt/1,6)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Manna na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ 1,9)<br>Kotlet mielony pieczony (100 g/1,3),<br>ziemniaki gotowane (200 g), buraczki gotowane (150 g/1),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Krakersy (35 g/1) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/9),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) |
|                                     |                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                   |                                   |

|               |                                                                                                                                                                        |                |                                                                                                                                                                                                                             |                                        |                                                                                                                                                                                                       |                                         |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Dzieci</b> | Serek naturalny (1 szt/ <b>7</b> ),<br>Grahamka (1 szt/ <b>1,6</b> )<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Pieczarkowa z makaronem pszennym (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Klops gotowany w jarzynach (100 g/ <b>1,3,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>sałatka z buraka i jabłka (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Galaretką z owocami (200 g/ <b>1</b> ) | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Kisiel słodka chwila (1 szt/ <b>1</b> ) |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|

**Alergeny:** 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.lubin i prod.pochodne, 14.mieczzaki i prod.pochodne.

| 11.12.2024                                                                                   |                                                                                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                      | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                               | II kolacja                                                                                                                                                |
| Podstawowa                                                                                   | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                               | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |              | Paprykarz (1 szt/ <b>1,3,4,9</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/1)                                                                                                       |
| E: 2 673,9 kcal B: 100,4 T: 96,4 kw. tł.: 33,2 W: 380,4 w tym cukry: 39,8 Bł: 32,0 sól: 7,8  |                                                                                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
| Z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                 | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g),<br>Herbata (250 ml)                      | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g)<br>Herbata (250 ml)         | Pasztet drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g), rzodkiewka (20 g) (dodatek insulinowy) |
| E: 2 486,3 kcal B: 107,1 T: 86,5 kw. tł.: 26,0 W: 357,0 w tym cukry: 25,7 Bł: 40,2 sól: 6,2  |                                                                                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
| Bogatoresztkowa                                                                              | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |              | Paprykarz (1 szt/ <b>1,3,4,9</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/1)                                                                                                       |
| E: 2 781,9 kcal B: 108,1 T: 100,0 kw. tł.: 35,3 W: 391,6 w tym cukry: 41,6 Bł: 32,0 sól: 8,1 |                                                                                                                                                                                |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                           |
| Lekkostrawna                                                                                 | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                               | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |              | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/1)                                                                                                       |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>E: 2 545,1 kcal B: 96,3 T: 80,3 kw. tł.: 32,2 W: 388,4 w tym cukry: 34,8 Bł: 33,2 sól: 5,9</b>  |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>                                              | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)           | Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )             |
| <b>E: 2 838,3 kcal B: 127,0 T: 81,9 kw. tł.: 30,3 W: 431,6 w tym cukry: 36,8 Bł: 37,4 sól: 6,9</b> |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Ubogoresztkowa, z ogr. tłuszczu</b>                                                             | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                    | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)           | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 393,8 kcal B: 104,2 T: 76,6 kw. tł.: 28,5 W: 354,7 w tym cukry: 31,3 Bł: 36,0 sól: 7,1</b> |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Ubogoenergetyczna</b>                                                                           | Polędwica sopocka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                   | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata (250 ml)                    | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 385,8 kcal B: 101,8 T: 78,4 kw. tł.: 29,0 W: 348,1 w tym cukry: 33,0 Bł: 33,2 sól: 6,7</b> |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Niskobiałkowa</b>                                                                               | Ryż z jabłkiem (350 g/ <b>7</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                                                                                      | Jabłko (1 szt)          | Krupnik ryżowy (450 ml/ <b>9</b> )<br>Pierogi z truskawkami (350 g/8 szt/ <b>1,3</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                                       |  | Fasolka szparagowa gotowana (300 g), bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt)                                 |
| <b>E: 2 392,9 kcal B: 47,2 T: 58,8 kw. tł.: 33,5 W: 454,0 w tym cukry: 98,8 Bł: 38,7 sól: 2,1</b>  |                                                                                                                                                                                                                      |                         |                                                                                                                                                                               |  |                                                                                                                                            |                                                              |

|                                                                                                     |                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                 |                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Bezsolna</b>                                                                                     | Ser biały (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                                                                          | Jabłko (1 szt)                               | Krupnik ryżowy (450 ml/ 9),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                  | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 2 480,5 kcal B: 125,2 T: 81,4 kw. tł.: 32,1 W: 343,3 w tym cukry: 30,6 Bł: 34,5 sól: 4,4</b>  |                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                 |                                         |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                         | Paszтет sojowy (1 szt/6,9)<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                          | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Krupnik ryżowy (450 ml/ 9),<br>Udziec drobiowy mielony pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                      | Rolada pieczona mielona (60 g/1,3),<br>Bułka parówka (120 g/1), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                          | Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) |
| <b>E: 3 040,2 kcal B: 125,3 T: 103,1 kw. tł.: 31,0 W: 435,0 w tym cukry: 37,3 Bł: 39,7 sól: 6,9</b> |                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                 |                                         |
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                               | Polędwica sopocka (60 g/1,6),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7)                      | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Krupnik ryżowy (450 ml/ 9),<br>Udziec drobiowy pieczony (140 g), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Marchewka gotowana (150 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |                      | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Chleb pszenny (120 g/1), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                  | Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) |
| <b>E: 2 941,3 kcal B: 133,0 T: 85,4 kw. tł.: 32,5 W: 444,0 w tym cukry: 39,7 Bł: 37,9 sól: 7,0</b>  |                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                 |                                         |
| <b>Polożnice</b>                                                                                    | Golonka prasowana (60 g/1,6,7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Ogórkowa (450 ml/ 1,7,9),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./1,3,7),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/9)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                         | Biszkopty (50 g/1,7) | Rolada pieczona (60 g/1,3),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Rzodkiewka (20 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Serek naturalny (1 szt/7)               |
| <b>E: 3 181,1 kcal B: 133,2 T: 95,5 kw. tł.: 40,6 W: 477,8 w tym cukry: 58,0 Bł: 35,5 sól: 5,6</b>  |                                                                                                                                                                                               |                                              |                                                                                                                                                                      |                      |                                                                                                                                                 |                                         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                                            |                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>Bezmięsne</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                         | Jabłko (1 szt)          | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                                     | Paprykarz (1 szt/ <b>1,3,4,9</b> )<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Rzodkiewka (20 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                       | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 842,2 kcal B: 99,3 T: 112,9 kw. tł.: 32,1 W: 385,3 w tym cukry: 40,3 Bł: 34,4 sól: 8,2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> ),<br>Papryka (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt) | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml)          | Biszkopty (50 g/ <b>1,7</b> )       | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                           | Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )             |
| <b>E: 3 142,5 kcal B: 123,1 T: 85,6 kw. tł.: 33,8 W: 501,7 w tym cukry: 54,4 Bł: 37,2 sól: 6,3</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Golonka prasowana (60 g/ <b>1,6,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Papryka (50 g),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza kukurydziana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt)          | Ogórkowa (450 ml/ <b>1,7,9</b> ),<br>Pierogi wiejskie (350 g/8 szt./ <b>1,3,7</b> ),<br>Surówka z marchwi i chrzanu (150 g/ <b>9</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Koktajl owocowy (200 ml/ <b>7</b> ) | Rolada pieczona (60 g/ <b>1,3</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Rzodkiewka (20 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ser topiony (1 szt/ <b>1,7</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 3 024,1 kcal B: 116,7 T: 90,8 kw. tł.: 37,8 W: 467,8 w tym cukry: 51,1 Bł: 37,4 sól: 6,5</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                                            |                                                              |
| <b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne. |                                                                                                                                                                                                                                            |                         |                                                                                                                                                                        |                                     |                                                                                                                                                                            |                                                              |

| 12.12.2024                                                                                  |                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                      |                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                         | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                              | II kolacja                                                                                                    |
| Podstawowa                                                                                  | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)                               | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/1)                                                          |
| E: 2 416,5 kcal B: 111,7 T: 57,7 kw. tł.: 25,1 W: 392,8 w tym cukry: 47,4 Bł: 35,5 sól: 4,6 |                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                      |                                                                                                               |
| Z ogr. latwo p. węglowodanów                                                                | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                     | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>kasza jęczmienna gotowana (200 g/1),<br>surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)            |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Herbata (250 ml)           | Pasztet sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ),<br>papryka (50 g) (dodatek insulinowy) |
| E: 2 382,1 kcal B: 108,7 T: 60,1 kw. tł.: 22,1 W: 389,5 w tym cukry: 37,1 Bł: 43,4 sól: 5,8 |                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                      |                                                                                                               |
| Bogatoreszkowa                                                                              | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/1)                                                          |
| E: 2 524,5 kcal B: 119,4 T: 61,3 kw. tł.: 27,2 W: 404,0 w tym cukry: 49,2 Bł: 35,5 sól: 4,9 |                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                      |                                                                                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lekkostrawna                                                                                                                                                                                                                              | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)          | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                                 |
| <b>E: 2 355,9 kcal B: 112,2 T: 54,9 kw. tł.: 25,0 W: 383,9 w tym cukry: 48,2 Bł: 36,1 sól: 4,5</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                                                                                                                |
| Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego                                                                                                                                                                                           | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                    | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)             |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                       | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)                                                                                             |
| <b>E: 2 691,8 kcal B: 128,9 T: 64,2 kw. tł.: 29,6 W: 424,0 w tym cukry: 43,3 Bł: 29,7 sól: 5,9</b>                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                                                                                                                |
| Ubogoreszkowa, z ogr. tłuszczu                                                                                                                                                                                                            | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                    | Jabłko pieczone (1 szt) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)             |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                       | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)<br><u>z ogr. tłuszczu:</u><br>wędlina (30 g/ <b>1,6</b> ),<br>pieczywo (30 g/1) |
| <b>Ubogoresztkowa: E: 2 518,9 kcal B: 120,2 T: 58,6 kw. tł.: 25,4 W: 405,7 w tym cukry: 42,2 Bł: 33,5 sól: 6,1</b><br><b>Z ogr. tłuszczu: E: 2 518,9 kcal B: 120,2 T: 58,6 kw. tł.: 25,4 W: 405,7 w tym cukry: 42,2 Bł: 33,5 sól: 6,1</b> |                                                                                                                                                                                                   |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                                                                                                                |
| Ubogenergetyczna                                                                                                                                                                                                                          | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                   | Jabłko (1 szt)          | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)             |  | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                       | Jajko gotowane (1 szt/3),<br>pieczywo (30 g/1)                                                                                 |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                  |                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>E: 2 456,9 kcal B: 117,2 T: 59,2 kw. tł.: 25,5 W: 394,9 w tym cukry: 44,8 Bł: 36,9 sól: 4,5</b> |                                                                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                  |                                                   |
| <b>Niskobiałkowa</b>                                                                               | Krupnik ryżowy (450 ml/9),<br>bułka parówka (120 g/1), Masło<br>ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                   | Jabłko (1<br>szt)             | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Placki jarzynowe pieczone (350 g/1,3,9),<br>szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                    |  | Kalafior gotowany (300 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Dżem (25 g),<br>pieczywo (30 g/1)                 |
| <b>E: 2 217,6 kcal B: 56,4 T: 37,5 kw. tł.: 14,6 W: 456,3 w tym cukry: 59,4 Bł: 47,6 sól: 3,4</b>  |                                                                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                  |                                                   |
| <b>Bezsolna</b>                                                                                    | Filet drob. gotowany w<br>jarzynach (100 g/9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10<br>g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1<br>szt)             | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak<br>gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250<br>ml/1,7)                                                | Jajko gotowane (1<br>szt/3), pieczywo (30<br>g/1) |
| <b>E: 2 560,2 kcal B: 130,5 T: 59,2 kw. tł.: 25,5 W: 406,2 w tym cukry: 42,7 Bł: 34,9 sól: 4,6</b> |                                                                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                  |                                                   |
| <b>Papkowata,<br/>półpłynna</b>                                                                    | Pasta sojowo-warzywna (1<br>szt/6,9),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10<br>g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)          | Jabłko<br>pieczone (1<br>szt) | Owsianka (450 ml/1,9)<br>Schab gotowany mielony w jarzynach<br>(80 g/9), ziemniaki gotowane (200 g),<br>szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250<br>ml/1,7)                                                | Płatki jaglane na<br>mleku (450 ml/7)             |
| <b>E: 2 878,1 kcal B: 124,3 T: 75,0 kw. tł.: 30,2 W: 450,6 w tym cukry: 45,4 Bł: 31,4 sól: 5,4</b> |                                                                                                                                                                             |                               |                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                  |                                                   |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                            |                                |                                                                                                                                                 |                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <b>Bogatobiałkowa</b>                                                                              | Szynka z indyka 60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                  | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Owsianka (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/9),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                           |                                | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                              | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)          |
| <b>E: 2 740,8 kcal B: 134,3 T: 66,5 kw. tł.: 31,3 W: 432,2 w tym cukry: 47,1 Bł: 36,4 sól: 4,8</b> |                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                            |                                |                                                                                                                                                 |                                             |
| <b>Polożnice</b>                                                                                   | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)        | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)     | Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> ) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                            | Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 708,0 kcal B: 121,4 T: 66,1 kw. tł.: 30,1 W: 437,1 w tym cukry: 69,2 Bł: 36,1 sól: 5,1</b> |                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                            |                                |                                                                                                                                                 |                                             |
| <b>Beźmięśna</b>                                                                                   | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/ <b>6,9</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)                               | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kopytka ze szpinakiem (350 g/ <b>1,3</b> ) + sos pomidorowy (100ml/ <b>1,7</b> ), surówka z porów (150 g/7)<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                                | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/7),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                            | Jajko gotowane (1 szt/3), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 530,6 kcal B: 90,8 T: 60,6 kw. tł.: 22,8 W: 437,1 w tym cukry: 50,8 Bł: 39,3 sól: 4,1</b>  |                                                                                                                                                                                                          |                                              |                                                                                                                                                                                            |                                |                                                                                                                                                 |                                             |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>                                                               | Szynka z indyka (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/7)                                 | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Kotlet schabowy pieczony (100 g/ <b>1,3</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), szpinak gotowany (170 g/1)<br>kompot z owoców mr. (250 ml)    | Pierniczki (50 g/ <b>1,7</b> ) | Ser biały (100 g/7), dżem (25 g),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Płatki jaglane na mleku (450 ml/7)          |

**E: 2 878,1 kcal B: 127,3 T: 75,2 kw. tł.: 33,2 W: 453,1 w tym cukry: 72,3 Bł: 35,3 sól: 4,7**

|               |                                                                                                                                                                                                                    |                |                                                                                                                                                                                                |                                           |                                                                                                                                        |                                                               |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| <b>Dzieci</b> | Szynka z indyka 60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt) | Zacierka na jarzynach (450 ml/ <b>1,9</b> )<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z porów (150 g/ <b>7</b> )<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Racuchy z jabłkiem (1 szt/ <b>1,3,7</b> ) | Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (100 g/ <b>7</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|

**E: 2 762,1 kcal B: 120,9 T: 62,0 kw. tł.: 25,8 W: 463,5 w tym cukry: 60,8 Bł: 39,8 sól: 4,5**

**Alergeny:** 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodne, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.

| 13.12.2024                                                                                   |                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                 |                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                          | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                              | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                         | II kolacja                                                                                                                            |
| Podstawowa                                                                                   | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Sok owocowy (1 szt)                                                                                                                   |
| E: 2 370,8 kcal B: 89,9 T: 74,8 kw. tł.: 23,1 W: 359,3 w tym cukry: 43,4 Bł: 29,2 sól: 5,5   |                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                 |                                                                                                                                       |
| z ogr. łatwo p. węglowodanów                                                                 | Pasta sojowo-warzywna (1 szt/6,9),<br>Chleb razowy (120 g/ 1,6)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ 7),<br>Papryka (50 g)<br>Herbata (250 ml)       | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (1 szt/7) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Ryba pieczona (100 g/4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                 |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)           | Ser żółty (70 g/1,7),<br>chleb razowy (90 g/1,6), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>ogórek zielony (50 g)(dodatek insulinowy) |
| E: 2 536,1 kcal B: 104,7 T: 107,2 kw. tł.: 28,8 W: 323,9 w tym cukry: 22,2 Bł: 41,5 sól: 8,4 |                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                 |                                                                                                                                       |
| Bogatoresztkowa                                                                              | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)                               | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Sok owocowy (1 szt)                                                                                                                   |
| E: 2 478,8 kcal B: 97,6 T: 78,4 kw. tł.: 25,2 W: 370,5 w tym cukry: 45,2 Bł: 29,2 sól: 5,8   |                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                 |                                                                                                                                       |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                 |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Lekkostrawna                                                                                      | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)<br>Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 370,8 kcal B: 89,9 T: 74,8 kw. tł.: 23,1 W: 359,3 w tym cukry: 43,4 Bł: 29,2 sól: 5,5</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                 |                                         |
| z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego                                                   | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)       |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                           | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 637,6 kcal B: 96,8 T: 72,3 kw. tł.: 23,8 W: 427,3 w tym cukry: 51,7 Bł: 32,5 sól: 4,6</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                 |                                         |
| Ubogoenergetyczna                                                                                 | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)          | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)       |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                          | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 291,8 kcal B: 80,9 T: 63,2 kw. tł.: 19,4 W: 377,7 w tym cukry: 51,6 Bł: 32,4 sól: 4,0</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                 |                                         |
| Ubogoresztkowa                                                                                    | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)          | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)       |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                           | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 387,1 kcal B: 83,3 T: 65,2 kw. tł.: 20,0 W: 390,8 w tym cukry: 51,4 Bł: 29,2 sól: 4,2</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                 |                                         |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| <b>Z ogr. tłuszczu</b>                                                                            | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Serek waniliowy (1 szt/7),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7) | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 298,0 kcal B: 80,1 T: 48,3 kw. tł.: 21,9 W: 409,0 w tym cukry: 67,5 Bł: 29,2 sól: 3,8</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                         |
| <b>Niskobiałkowa</b>                                                                              | Miód (50 g), Bułka parówka (120 g/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                             | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Kluski śląskie bez mięsa gotowane (300 g/1), jarzynka gotowana (150 g/1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                                    |  | Brokuł gotowany (300 g),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 171,5 kcal B: 46,6 T: 51,4 kw. tł.: 19,8 W: 420,9 w tym cukry: 58,8 Bł: 43,9 sól: 3,2</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                         |
| <b>Bezsolna</b>                                                                                   | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko (1 szt)          | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                                         | Sok owocowy (1 szt)                     |
| <b>E: 2 387,1 kcal B: 83,3 T: 65,2 kw. tł.: 20,0 W: 390,8 w tym cukry: 51,4 Bł: 29,2 sól: 4,2</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                         |
| <b>Papkowata, półpłynna</b>                                                                       | Dżem (25 g), Bułka parówka (120 g/1)<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml)<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 ml/1,7)  | Jabłko pieczone (1 szt) | Krupnik jaglany (450 ml/9)<br>Pulpet rybny gotowany w jarzynach (100 g/1,3,4,9), ziemniaki gotowane (200 g), jarzynka gotowana (150 g/ 1,9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>Kawa na mleku (250 ml/1,7)                                         | Płatki kukurydziane na mleku (350 ml/7) |
| <b>E: 2 600,6 kcal B: 98,8 T: 68,4 kw. tł.: 23,1 W: 427,3 w tym cukry: 52,6 Bł: 33,9 sól: 5,1</b> |                                                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                              |  |                                                                                                                               |                                         |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                             |                |                                                                                                                                               |                    |                                                                                   |                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Miód (25 g), Rogal maślany (1 szt/1)                                                                        | Jabłko (1 szt) | Pomidorowa z ryżem (450 ml/1,7,9)                                                                                                             | Cebularz (1 szt/1) | Pasta z jajek (100 g/3,10),<br>Chleb razowy (120 g/1,6),<br>Ogórek kiszony (50 g) | Sok owocowy (1 szt) |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Herbata z cukrem (250 ml),<br>Płatki jęczmienne na mleku (450 g/1,4,7) |                | Ryba panierowana pieczona (100 g/1,3,4), ziemniaki gotowane (200 g),<br>Surówka z kapusty włoskiej (150 g/9),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                    | Kawa na mleku (250 ml/1,7)                                                        |                     |
| E: 2 639,8 kcal B: 97,2 T: 80,6 kw. tł.: 25,2 W: 405,3 w tym cukry: 44,3 Bł: 31,0 sól: 7,2                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                             |                |                                                                                                                                               |                    |                                                                                   |                     |
| <p><b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne.</p> |                                                                                                             |                |                                                                                                                                               |                    |                                                                                   |                     |

| 14.12.2024                                                                                  |                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                            | II śniadanie                                 | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek | Kolacja                                                                                                                                                                        | II kolacja                                                                                                    |
| Podstawowa                                                                                  | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                               |
| E: 2 574,1 kcal B: 112,3 T: 88,6 kw. tł.: 36,0 W: 371,9 w tym cukry: 38,1 Bł: 43,1 sól: 6,6 |                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                               |
| Z ogr. latwo p. węglowodanów                                                                | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (50 g)<br>Herbata (250 ml)                                                                      | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Szynka wędzona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata (250 ml)           | Pasztet sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> ), chleb razowy (90 g/ <b>1,6</b> ),<br>papryka (50 g) (dodatek insulinowy) |
| E: 2 548,4 kcal B: 115,1 T: 71,1 kw. tł.: 18,6 W: 406,3 w tym cukry: 28,3 Bł: 51,1 sól: 6,4 |                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                               |
| Bogatoresztkowa                                                                             | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                               |
| E: 2 682,1 kcal B: 120,0 T: 92,2 kw. tł.: 38,1 W: 383,1 w tym cukry: 39,9 Bł: 43,1 sól: 6,9 |                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                               |
| Lekkostrawna                                                                                | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                  | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |              | Szynka wędzona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> )                                                               |
| E: 2 375,9 kcal B: 113,3 T: 63,8 kw. tł.: 21,1 W: 376,4 w tym cukry: 38,1 Bł: 43,1 sól: 5,2 |                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                |                                                                                                               |

|                                                                                                    |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                               |                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|
| <b>Z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żołądkowego</b>                                             | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)<br>Kasza manna na mleku (450 ml/1,7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9)<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Szynka wędzona (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Płatki owsiane na ml (450 ml/1,7)      |
| <b>E: 2 872,4 kcal B: 142,7 T: 75,6 kw. tł.: 29,3 W: 436,3 w tym cukry: 32,6 Bł: 35,2 sól: 6,3</b> |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                               |                                        |
| <b>Ubogoenergetyczna</b>                                                                           | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/1,6)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                     | Jabłko (1 szt)          | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9)<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Szynka wędzona (60 g/1,6),<br>Chleb pszenny (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata (250 ml)           | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 276,2 kcal B: 104,9 T: 55,7 kw. tł.: 18,2 W: 371,0 w tym cukry: 41,7 Bł: 36,6 sól: 4,4</b> |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                               |                                        |
| <b>Ubogoresztkowa</b>                                                                              | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                      | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9)<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Szynka wędzona (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)  | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 312,2 kcal B: 108,1 T: 55,5 kw. tł.: 18,2 W: 375,2 w tym cukry: 39,3 Bł: 34,4 sól: 5,5</b> |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                               |                                        |
| <b>z ogr. tłuszczu</b>                                                                             | Twarożek (100 g/7),<br>Bułka parówka (120 g/1)<br>Kakao na mleku (250 ml/1,7)                                      | Jabłko pieczone (1 szt) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ 1,7,9)<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/9) w potrawce (100 ml/1,7), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Szynka wędzona (60 g/1,6),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/1) |
| <b>E: 2 312,2 kcal B: 108,1 T: 55,5 kw. tł.: 18,2 W: 375,2 w tym cukry: 39,3 Bł: 34,4 sól: 5,5</b> |                                                                                                                    |                         |                                                                                                                                                                                                            |  |                                                                                                                               |                                        |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                     |                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                                      | Krupnik jęczmienny (450 ml/ <b>1,9</b> ), Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)   | Jabłko (1 szt)                                        | Jarzynowa (450 ml/ <b>9</b> )<br>Ryż z warzywami gotowanymi (350 g/ <b>9</b> ), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                                                                                   |  | Makaron pszenny z truskawkami (350 g/ <b>1,7</b> ), Herbata z cukrem (250 ml)                                                                       | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 196,2 kcal B: 50,7 T: 29,3 kw. tł.: 10,7 W: 466,7 w tym cukry: 71,7 Bł: 47,1 sól: 2,4</b>  |                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                     |                                                 |
| Bezsolna                                                                                           | Twarożek (100 g/ <b>7</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                                | Jabłko (1 szt)                                        | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Jajko gotowane (1 szt/ <b>3</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)       | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 329,0 kcal B: 106,0 T: 58,5 kw. tł.: 19,0 W: 375,2 w tym cukry: 39,0 Bł: 34,4 sól: 4,3</b> |                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                     |                                                 |
| Papkowata, półpłynna                                                                               | Twarożek (100 g/ <b>7</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )  | Jabłko pieczone (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany mielony (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Paszтет drobiowy (50 g/ <b>1,3,6,9</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki owsiane na ml (450 ml/ <b>1,7</b> )      |
| <b>E: 2 919,8 kcal B: 136,5 T: 83,4 kw. tł.: 30,4 W: 437,8 w tym cukry: 32,4 Bł: 35,3 sól: 5,7</b> |                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                     |                                                 |
| Bogatobiałkowa                                                                                     | Twarożek (100 g/ <b>7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Szynka wędzona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Herbata z cukrem (250 ml)      | Płatki owsiane na ml (450 ml/ <b>1,7</b> )      |
| <b>E: 2 944,4 kcal B: 147,2 T: 79,4 kw. tł.: 31,4 W: 443,3 w tym cukry: 36,8 Bł: 37,4 sól: 5,5</b> |                                                                                                                                                         |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                       |  |                                                                                                                                                     |                                                 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| Polożnice                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)<br>Jogurt naturalny (180 g/7) | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 3 145,0 kcal B: 139,1 T: 101,9 kw. tł.: 43,6 W: 462,0 w tym cukry: 67,8 Bł: 47,8 sól: 7,5</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |
| Bezmięsna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                               | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Risotto z kostką sojową gotowaną (350 g/ <b>6,9</b> ), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                                      |                              | Pasta z soczewicy (100 g/ <b>6,9</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g)<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )                            | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 560,9 kcal B: 104,3 T: 70,4 kw. tł.: 27,6 W: 425,8 w tym cukry: 41,2 Bł: 52,1 sól: 4,9</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |
| D. ubogobakteryjne podstawowe                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ser żółty (70 g/ <b>1,7</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko pieczone (1 szt)                      | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż biały gotowany (200 g), marchewka gotowana (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)           | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Baleron wędzony (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Płatki owsiane na ml (450 ml/ <b>1,7</b> )      |
| <b>E: 3 252,7 kcal B: 147,2 T: 105,2 kw. tł.: 46,7 W: 468,1 w tym cukry: 55,5 Bł: 42,5 sól: 7,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |
| Dzieci                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Twarożek (100 g/7),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ),<br>Pomidor (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza manna na mleku (450 ml/ <b>1,7</b> )                                                  | Jabłko (1 szt)                               | Jarzynowa z zawiesiną z mąki i mleka (450 ml/ <b>1,7,9</b> )<br>Udziec drobiowy gotowany (100 g/ <b>9</b> ) w potrawce (100 ml/ <b>1,7</b> ), ryż brązowy gotowany (200 g), sałatka z marchwi i ogórka (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) | Sok owocowo-warzywny (1 szt) | Szynka wędzona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb pszenny (120 g/ <b>1</b> ),<br>masło ekstra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Ćwikła (120 g/ <b>12</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)     | Dżem owocowy (25 g), pieczywo (30 g/ <b>1</b> ) |
| <b>E: 2 838,8 kcal B: 132,4 T: 73,5 kw. tł.: 26,5 W: 455,3 w tym cukry: 66,0 Bł: 47,8 sól: 5,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |
| <b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mieczaiki i prod.pochodne. |                                                                                                                                                                                                                    |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |                                                                                                                                                                                |                                                 |

| 15.12.2024                                                                                         |                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                    | Śniadanie                                                                                                                                                                        | II śniadanie                                      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek    | Kolacja                                                                                                                                                                              | II kolacja                                                                                                                                                           |
| Podstawowa                                                                                         | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                    | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/1),<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>surówka z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) |                 | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                | Sok pomidorowy<br>(1 szt)                                                                                                                                            |
| <b>E: 2 419,2 kcal B: 98,8 T: 87,3 kw. tł.: 24,3 W: 342,2 w tym cukry: 34,5 Bł: 35,5 sól: 7,3</b>  |                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
| Z ogr. łatwo p.<br>węglowodanów                                                                    | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Herbata (250 ml)                  | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny<br>(180 g/ 7) | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka<br>z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)                    |                 | Pasta mięsno-warzywna<br>gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> ), mix<br>do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Pomidor (50 g),<br>Herbata (250 ml) | Szynka wędzona<br>(60 g/ <b>1,6</b> ) chleb<br>razowy (90 g/ <b>1,6</b> ), mix do<br>smarowania 55%<br>tłuszczu (10 g),<br>pomidor (50 g)<br>(dodatek<br>insulinowy) |
| <b>E: 2 180,7 kcal B: 104,0 T: 68,7 kw. tł.: 20,8 W: 316,6 w tym cukry: 21,9 Bł: 33,9 sól: 8,4</b> |                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
| Bogatoresztkowa                                                                                    | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny<br>(180 g/7)  | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/1),<br>Kiełbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>surówka z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Jabłko (1 szt.) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                | Sok pomidorowy<br>(1 szt)                                                                                                                                            |
| <b>E: 2 527,2 kcal B: 106,5 T: 90,9 kw. tł.: 26,4 W: 353,4 w tym cukry: 36,3 Bł: 35,5 sól: 7,6</b> |                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |
| Lekkostrawna                                                                                       | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> ) | Jabłko (1 szt)                                    | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/1),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka<br>z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z<br>owoców mr. (250 ml)   |                 | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/1),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                | Sok pomidorowy<br>(1 szt)                                                                                                                                            |
| <b>E: 2 262,8 kcal B: 101,2 T: 71,5 kw. tł.: 19,6 W: 336,4 w tym cukry: 35,3 Bł: 36,3 sól: 7,3</b> |                                                                                                                                                                                  |                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         |                 |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                      |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                               |                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| <b>z ogr. subst. pobudz. wydziel. soku żółciowego</b>                                              | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7),<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) | Jabłko pieczone (1 szt) | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ryż na mleku (450 ml/ 7) |
| <b>E: 2 563,6 kcal B: 125,7 T: 70,7 kw. tł.: 29,0 W: 386,3 w tym cukry: 43,4 Bł: 33,6 sól: 6,0</b> |                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                               |                          |
| <b>Ubogoenergetyczna</b>                                                                           | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                     | Jabłko (1 szt)          | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata (250 ml)          | Sok pomidorowy (1 szt)   |
| <b>E: 1 913,3 kcal B: 89,9 T: 53,9 kw. tł.: 18,7 W: 294,5 w tym cukry: 44,1 Bł: 30,9 sól: 5,9</b>  |                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                               |                          |
| <b>Ubogoresztkowa</b>                                                                              | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                      | Jabłko pieczone (1 szt) | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy (1 szt)   |
| <b>E: 1 940,5 kcal B: 92,5 T: 51,9 kw. tł.: 18,1 W: 305,7 w tym cukry: 42,2 Bł: 33,3 sól: 6,0</b>  |                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                               |                          |
| <b>Z ogr. tłuszczu</b>                                                                             | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                      | Jabłko pieczone (1 szt) | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/1), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/1),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy (1 szt)   |
| <b>E: 1 940,5 kcal B: 92,5 T: 51,9 kw. tł.: 18,1 W: 305,7 w tym cukry: 42,2 Bł: 33,3 sól: 6,0</b>  |                                                                                                                                                                                                |                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                               |                          |

|                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                        |                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Niskobiałkowa                                                                                      | Kasza jęczmienna z warzywami gotowanymi (350 g/ <b>1,9</b> )<br>Herbata z cukrem (250 ml)                                                                                                                         | Jabłko (1 szt)                                         | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Kopytka gotowane (350 g/ <b>1,3</b> ),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)                                            |  | Sos grecki (200 ml/ <b>1,9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)                          | Sok pomidorowy (1 szt)           |
| <b>E: 2 070,5 kcal B: 49,2 T: 53,7 kw. tł.: 12,5 W: 380,7 w tym cukry: 53,5 Bł: 44,5 sól: 3,2</b>  |                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                        |                                  |
| Bezsolna                                                                                           | Filet drobiowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                 | Jabłko (1 szt)                                         | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy (1 szt)           |
| <b>E: 1 971,6 kcal B: 102,8 T: 50,4 kw. tł.: 17,3 W: 308,0 w tym cukry: 42,7 Bł: 34,6 sól: 4,9</b> |                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                        |                                  |
| Papkowata, półpłynna                                                                               | Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> )       | Jabłko pieczone (1 szt)                                | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany mielony w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml) |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Bułka parówka (120 g/ <b>1</b> ),<br>mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) |
| <b>E: 2 763,7 kcal B: 122,7 T: 91,5 kw. tł.: 29,5 W: 391,3 w tym cukry: 43,9 Bł: 36,0 sól: 6,3</b> |                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                        |                                  |
| Bogatobiałkowa                                                                                     | Szynka delikatesowa (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/ <b>7</b> )<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (180 g/ <b>7</b> ) | Grysikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)         |  | Pasta mięsno-warzywna gotowana z udźca (100 g/ <b>9</b> ),<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ), mix do smarowania 55% tłuszczu (10 g),<br>Herbata z cukrem (250 ml)    | Ryż na mleku (450 ml/ <b>7</b> ) |
| <b>E: 2 644,4 kcal B: 130,7 T: 76,3 kw. tł.: 31,7 W: 386,4 w tym cukry: 47,1 Bł: 31,3 sól: 6,2</b> |                                                                                                                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |  |                                                                                                                                                                        |                                  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>Polożnice</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt),<br>jogurt naturalny (1 szt/7) | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ),<br>Kielbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>surówka z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml) | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy<br>(1 szt) |
| <b>E: 2 977,5 kcal B: 125,0 T: 100,8 kw. tł.: 32,0 W: 425,9 w tym cukry: 55,3 Bł: 36,5 sól: 8,1</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |
| <b>Bezmięsne</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Paszтет sojowy (1 szt/ <b>6,9</b> )<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kawa na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )                                         | Jabłko (1 szt)                                | Grycikowa z kaszy kukurydzianej (450 ml/ <b>9</b> ),<br>Kotlet sojowy gotowany w jarzynach (100 g/ <b>6,9</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>surówka z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ),<br>kompot z owoców mr. (250 ml)                     |                                 | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy<br>(1 szt) |
| <b>E: 2 411,6 kcal B: 89,7 T: 88,2 kw. tł.: 18,1 W: 351,1 w tym cukry: 37,3 Bł: 43,4 sól: 7,4</b>                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |
| <b>D. ubogobakteryjne podstawowe</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7)                          | Jabłko pieczone (1 szt)                       | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ),<br>Kielbaski rumuńskie pieczone (100 g/ <b>1,3</b> ), ziemniaki gotowane (200 g),<br>buraczki gotowane (150 g/ <b>1</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)           | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Ryż na mleku (450 ml/ 7)  |
| <b>E: 2 871,7 kcal B: 118,0 T: 94,2 kw. tł.: 29,7 W: 420,8 w tym cukry: 64,6 Bł: 36,0 sól: 8,0</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |
| <b>Dzieci</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Łopatka pieczona (60 g/ <b>1,6</b> ),<br>Chleb razowy (120 g/ <b>1,6</b> )<br>Masło extra 82% tłuszczu (10 g/7)<br>Ogórek kiszony (50 g)<br>Kakao na mleku (250 ml/ <b>1,7</b> )<br>Kasza jaglana na mleku (450 ml/7) | Jabłko (1 szt)                                | Żurek z kielbasą (450 ml/ <b>1,7,9</b> ) +<br>chleb sitkowy (50 g/ <b>1</b> ),<br>Schab gotowany w jarzynach (80 g/ <b>9</b> ),<br>ziemniaki gotowane (200 g), surówka z kapusty białej (150 g/ <b>9</b> ), kompot z owoców mr. (250 ml)         | Kisiel słodka<br>chwila (1 szt) | Ryba pieczona (80 g/ <b>1,3,4</b> ) w<br>sosie greckim (120 ml/ <b>1,9</b> )<br>Chleb sitkowy (120 g/ <b>1</b> ),<br>Herbata z cukrem (250 ml) | Sok pomidorowy<br>(1 szt) |
| <b>E: 2 713,1 kcal B: 119,6 T: 81,4 kw. tł.: 25,2 W: 408,9 w tym cukry: 54,3 Bł: 37,3 sól: 7,8</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |
| <b>Alergeny:</b> 1.gluten, 2.skorupiaki i prod.pochodne, 3.jaja i prod.pochodne, 4.ryby i prod.pochodne, 5.orzeszki ziemne (arachidowe), 6.soja i prod.pochodne, 7.mleko i prod.pochodn,e, 8.orzechy, 9.seler i prod.pochodne, 10.gorczyca i prod.pochodne, 11.nasiona sezamu i prod.pochodne, 12.dwutlenek siarki, 13.łubin i prod.pochodne, 14.mięczaki i prod.pochodne. |                                                                                                                                                                                                                       |                                               |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                                                                                                |                           |

Sporz.: W.S., K.M., K.W.