

		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.weglowodanów/cukrzykowa
poniedziałek	Śniadanie	Kasza na mleku 300 ml (GLU PSZ, (MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50g (MLE, ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Kasza na mleku 300 ml (GLU PSZ, (MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka 50 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 50g (MLE, ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( MLE, )		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko (brązowy) 135 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( MLE, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko 120 g Mus z jabłek () z/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( MLE, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Ryż na sypko (brązowy) 120 g Mus z jabłek () b/c 150 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( MLE, ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego udziec () 50 g (SEL, ) Ser żółty 50 g (MLE, ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 40 g (SEL, ) Serek homo. naturalny 40 g ( MLE, ) Rukola 10 g Pomidor 90 g	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 Por ( MLE, )		
		E: 2164.44 kcal; B: 87.68 g; T: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; W: 325.34 g; W tym cukry: 79.12 g; Bł.: 29.18 g; Sól: 7.35 g;	E: 2207.54 kcal; B: 80.06 g; T: 45.85 g; Kw. tł. nasy.: 23.68 g; W: 380.64 g; W tym cukry: 80.60 g; Bł.: 27.70 g; Sól: 4.88 g;	E: 1953.18 kcal; B: 91.20 g; T: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; W: 268.37 g; W tym cukry: 47.83 g; Bł.: 30.48 g; Sól: 7.07 g;
		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.weglowodanów/cukrzyk owa
wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka drobiowa 50 g Rzodkiew 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka drobiowa 50 g Rzodkiew 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka drobiowa 50 g Rzodkiew 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )
	II ŚN	Pomarańcza 250g 1 szt		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Marchew z groszkiem (*) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Marchew gotowana z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką () 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Surówka wykwinna z olejem b/c 200 g (JAJ, GOR, ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	P D	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( MLE, )		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szyunka wieprzowa 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, ) Szyunka wieprzowa 50 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ, ) Szyunka wieprzowa 50 g Roszponka 10 g Pomidor 90 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	E: 2134.43 kcal; B: 103.23 g; T: 56.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; W: 319.88 g; W tym cukry: 69.59 g; Bł.: 38.39 g; Sól: 8.71 g;	E: 2117.78 kcal; B: 96.38 g; T: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.09 g; W: 316.69 g; W tym cukry: 70.62 g; Bł.: 36.04 g; Sól: 8.21 g;	E: 2125.58 kcal; B: 103.97 g; T: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; W: 283.64 g; W tym cukry: 56.34 g; Bł.: 38.53 g; Sól: 7.62 g;	

		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów/cukrzyc owa	
środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( MLE, GLU OW, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Ser topiony 50 g (MLE, ) Roszponka 10 g Szynka drobiowa 50g Rukola 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Platki owsiane na mleku 300 ml ( MLE, GLU OW, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Serek homo. naturalny 40 g ( MLE, ) Szynka drobiowa 50g Rukola 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Serek homo. naturalny 50 g ( MLE, ) Szynka drobiowa 50g Rukola 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	
	II SN			Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej () 400 ml (GLU PSZ, SEL, GOR, ) Kasza gryczana 135 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, ) Surówka z marchwi z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kasza jęczmienna/sypko 120 g ( GLU JĘCZ, ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemiaczana () 400 ml ( GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kasza gryczana 120 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ, ) Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL, ) Surówka z marchwi z olejem () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD			Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE, )	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta WARZYWNA (, SOJ, ) Szynka 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta WARZYWNA (, SOJ, ) SZYNKA 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta WARZYWNA (, SOJ, ) 50 g Szynka(50g) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				
	E: 2387.28 kcal; B: 104.87 g; T: 80.43 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; W: 326.03 g; W tym cukry: 76.37 g; Bł.: 36.59 g; Sól: 9.19 g;	E: 2116.28 kcal; B: 95.39 g; T: 55.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; W: 319.64 g; W tym cukry: 65.06 g; Bł.: 29.49 g; Sól: 6.33 g;	E: 2089.70 kcal; B: 100.83 g; T: 56.86 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; W: 310.56 g; W tym cukry: 65.98 g; Bł.: 39.64 g; Sól: 6.90 g;		
		Podstawowa	Łatwo strawna	Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	
czwartek	Śniadanie	Kasza na mleku 300 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Serek i 80g-G 1 szt (MLE, ) Parówki(50g) (GLU, SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Kasza na mleku 300 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Parówki(50g) (GLU, SEL) Twarożek 40 g (MLE, ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Kasza manna na mleku 300 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka 40 g Twarożek 40 g (MLE, ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	
	II SN				
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Makaron 135 g ( GLU PSZ, ) Sos boloński z mięsa wp () 200 g ( GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Śliwka szt 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Makaron 120 g (GLU PSZ, ) Sos boloński () -dieta 200 g (GLU PSZ, SEL )  Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Makaron 200 g (GLU PSZ, ) Sos boloński () -dieta 200 g ( GLU PSZ, Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, )  Paszтет 50 g (GLU PSZ, JAJ, ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka drobiowa(GLU, SEL)(50g) Serek homo pomidorowy 40 g ( MLE, ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 40 g Serek homo pomidorowy 40 g ( MLE, ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	
	P, Z	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			
	E: 2530.11 kcal; B: 107.21 g; T: 98.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.61 g; W: 314.82 g; W tym cukry: 74.94 g; Bł.: 30.51 g; Sól: 9.18 g;	E: 2162.09 kcal; B: 96.01 g; T: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.10 g; W: 325.98 g; W tym cukry: 100.51 g; Bł.: 25.65 g; Sól: 7.04 g;	E: 2310.65 kcal; B: 102.68 g; T: 60.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.25 g; W: 352.18 g; W tym cukry: 101.87 g; Bł.: 24.92 g; Sól: 6.43 g;		

		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.weglowodanów/cukrzyc owa
piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Dżem 50 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE, ) Mandarynki 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, ) Szynka drobiowa 50 g	Zacierka na mleku 300 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka drobiowa 50 g Twaróg półtłusty 40 g (MLE, ) Dżem 50 g Mandarynki 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka drobiowa 50 g Twaróg półtłusty 50 g (MLE, ) Pomidor 90 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )
	II ŚN			Mandarynki 2 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( MLE, SEL, GLU JĘCZ, ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona 80g 80 g ( RYB, ) Sos koperkowy * 100 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( MLE, SEL, GLU JĘCZ, ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona 80g 80 g ( RYB, ) Sos koperkowy * 100 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Warzywa po grecku () 200 g ( GLU PSZ, SEL, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml ( MLE, SEL, GLU JĘCZ, ) Ziemniaki () 200 g Ryba pieczona 80g 80 g ( RYB, ) Sos koperkowy * 100 ml ( GLU PSZ, MLE, ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (JAJ, MLE, GOR, ) Serek homo. naturalny 50 g ( MLE, ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g (JAJ, MLE, ) Serek homo. naturalny 50 g ( MLE, ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g (JAJ, MLE, GOR, ) Serek homo. naturalny 50 g ( MLE, ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Rogal maślany 50g 1 szt ( GLU PSZ, JAJ, MLE, )	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
	E: 2571.86 kcal; B: 107.34 g; T: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; W: 373.49 g; W tym cukry: 101.22 g; Bł.: 31.00 g; Sól: 7.51 g;	E: 2371.37 kcal; B: 102.00 g; T: 64.58 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; W: 360.33 g; W tym cukry: 105.63 g; Bł.: 36.29 g; Sól: 6.45 g;	E: 2121.38 kcal; B: 107.02 g; T: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; W: 278.64 g; W tym cukry: 56.31 g; Bł.: 36.02 g; Sól: 8.02 g;	
		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.weglowodanów/cukrzyc owa
sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( MLE, GLU OW, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU)50 g Serek naturalny 50 g ( MLE, ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( MLE, GLU OW, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU)50 g Serek naturalny 40 g ( MLE, ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU)50 g Serek naturalny 50 g ( MLE, ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kasza jaglana na sypko 135 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kasza jaglana na sypko 120 g Potrawka drobiowa z warzywami () 200 g (GLU PSZ, SEL, ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 200 g (GLU PSZ, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, ) Kasza jaglana na sypko 120 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL, ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 150 ml (MLE, )
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, ) Twarożek 50 g (MLE, ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU)50 g Twarożek 40 g (MLE, ) Pomidor 90 g Roszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU)50 g Twarożek 50 g (MLE, ) Ogórek kiszony 90 g Roszponka 10 g
	PN	Mus owocowo-warzynny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	E: 2098.43 kcal; B: 91.12 g; T: 67.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.06 g; W: 291.09 g; W tym cukry: 59.22 g; Bł.: 25.77 g; Sól: 8.54 g;	E: 2083.85 kcal; B: 101.26 g; T: 49.34 g; Kw. tł. nasy.: 23.74 g; W: 322.02 g; W tym cukry: 79.58 g; Bł.: 32.13 g; Sól: 6.64 g;	E: 1746.89 kcal; B: 89.22 g; T: 49.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; W: 248.52 g; W tym cukry: 43.21 g; Bł.: 29.39 g; Sól: 7.98 g;	

		Podstawowa	Łatwo strawna	Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów/cukrzyc owa
niezdziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU) 50 g (MLE, ) Rzodkiew 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ, ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU) 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa (GLU) 50 g Twarożek 50 g (MLE, ) Rzodkiew 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, )
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( MLE, )
	Obiad	Pomidorowa z zacierką 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet schabowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( GLU PSZ, SEL, ) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (GLU PSZ, ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, ) Ziemniaki ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( GLU PSZ, SEL, ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 200 g (SEL, ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kanapka z szynką drobiową ( chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, )
	Kolejca	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa(50g) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (MLE, ) Jabłko 1 szt 1 szt Rukola 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, ) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa(50g) Rukola 10 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 40 g (MLE, ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ, ) Masło 83% tł. 10 g (MLE, ) Szynka konserwowa(50g) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (MLE, ) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g
	FN	Mus OWOCOWY 1 szt		
	E: 2406.16 kcal; B: 109.57 g; T: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 33.33 g; W: 347.66 g; W tym cukry: 94.32 g; Bł.: 32.21 g; Sól: 7.50 g;	E: 2128.87 kcal; B: 106.72 g; T: 48.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; W: 328.06 g; W tym cukry: 91.28 g; Bł.: 27.25 g; Sól: 6.05 g;	E: 2062.17 kcal; B: 124.43 g; T: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; W: 288.21 g; W tym cukry: 47.19 g; Bł.: 34.01 g; Sól: 9.42 g;	

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenno-żytni, SKO - Skorupiaki i pochodne,

JAJ - Jaja i pochodne, RYB - Ryby i pochodne,

OZI - Orzeszki ziemne i pochodne, SOJ - Soja i pochodne,

MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,

ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały, SEL - Seler i pochodne,

GOR - Gorczyca i produkty pochodne, SEZ - Nasiona sezamu i pochodne, S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny, ŻUB - Żubin i produkty pochodne, MCK - Mięczaki i pochodne,

MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy, GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni, GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,

GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal], B - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem, Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem, Bł. - Błonnik pokarmowy,

Ener. z B - % energii z białka, Ener. z T - % energii z tłuszczu,

Ener. z W - % energii z węglowodanów, Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,