

2024-01-04 czwartek												
<p>OM-I Podstawowa Zestaw I</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynka królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekem zlc 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>	<p>OM-II Podstawowa Zestaw II</p> <p>Sonda / pyrna śn. 400 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>OM-III b Do żywienia przez sondę</p>	<p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>Szynka królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa.</p>	<p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>Kawa zbożowa z mlekem zlc 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>	<p>OM-VI Poopercyjna Zestaw I</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bukła pszenna duża krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM-VI Poopercyjna Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bukła pszenna duża krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt</p>	<p>OM-VII Z ogr:sub.pobudz.wydz.so ku żołąd. Zestaw I</p> <p>50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.)</p>	<p>OM-VIII Z ogr:sub.pobudz.wydz.so ku żołąd. Zestaw II</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bukła pszenna duża krojona 90 g (GLU PSZ.) Szynka królewicka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW.) Marchew gotowana z olejem 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekem zlc 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)</p>				
<p>II ŚN</p> <p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / pyrna ob. 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)</p>	<p>Jogurt brzośkwiniowy 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Szynka wieprzowa gotowana 90 g Sos własny 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryz na sypko 150 g Surowka z kapuśy białe z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>		<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAJ, MLE, SEL.)</p>										

**NAPRZÓD CATERING**  
ul. Traktorowa 126 lok. 304/1, 204 1662  
NIP 677339899 REGON 142044662  
KRS 0000601008  
Strona 1 z 7

2024-01-04 czwartek									
PN	Kolacja								
OM-I Podstawowa zestaw I	OM-I Podstawowa zestaw II	OM-III b Do żywienia przez sondę	OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM-VI Pooperacyjna Zestaw I	OM-VI Pooperacyjna Zestaw II	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zolad. Zestaw I	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zola. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
E: 2503,53 kcal; B: 106,57 g; T: 68,49 g; Kw. tł. nasy.: 21,89 g; W: 380,49 g; W tym cukry: 105,21 g; Bt.: 33,38 g; Sol: 9,07 g.	E: 2613,34 kcal; B: 103,94 g; T: 72,01 g; Kw. tł. nasy.: 21,87 g; W: 403,39 g; W tym cukry: 110,80 g; Bt.: 34,94 g; Sol: 9,53 g.	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bt.: 21,35 g; Sol: 2,66 g.	E: 2422,32 kcal; B: 104,57 g; T: 63,35 g; Kw. tł. nasy.: 22,50 g; W: 373,64 g; W tym cukry: 135,08 g; Bt.: 32,52 g; Sol: 7,07 g.	E: 2532,13 kcal; B: 101,95 g; T: 66,87 g; Kw. tł. nasy.: 22,48 g; W: 396,59 g; W tym cukry: 140,67 g; Bt.: 34,09 g; Sol: 7,52 g.	E: 2351,25 kcal; B: 107,79 g; T: 64,15 g; Kw. tł. nasy.: 22,97 g; W: 350,73 g; W tym cukry: 113,99 g; Bt.: 32,26 g; Sol: 7,20 g.	E: 2461,06 kcal; B: 105,16 g; T: 67,67 g; Kw. tł. nasy.: 22,95 g; W: 373,68 g; W tym cukry: 119,58 g; Bt.: 33,82 g; Sol: 7,65 g.	E: 2351,25 kcal; B: 107,79 g; T: 64,15 g; Kw. tł. nasy.: 22,97 g; W: 350,73 g; W tym cukry: 113,99 g; Bt.: 32,26 g; Sol: 7,20 g.	E: 2461,06 kcal; B: 105,16 g; T: 67,67 g; Kw. tł. nasy.: 22,95 g; W: 373,68 g; W tym cukry: 119,58 g; Bt.: 33,82 g; Sol: 7,65 g.	E: 2284,33 kcal; B: 110,06 g; T: 48,57 g; Kw. tł. nasy.: 17,45 g; W: 366,67 g; W tym cukry: 114,13 g; Bt.: 32,76 g; Sol: 7,42 g.
Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Sonda ziemniaczana 300 g (JAU, MLE, SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.:rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salaeta zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.:rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salaeta zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.:rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salaeta zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.:rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salaeta zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU, PSZ.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.:rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Salaeta zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	

Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD			
OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX łatwo strawna Zestaw I	OM- IX łatwo strawna Zestaw II	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmielnicza Zestaw I
Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem zlc 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem zlc 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem zlc 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Plakiki żytnie na mleku 400 ml (MLE. GLU ZYT.) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 60 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem zlc 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem zlc 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szyńska Królewiecka- kiełbasa wieprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niepaladnej 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Banana 1 szt. 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska Konsewowa drobiowa z dodatkami surowców wieprzowych z połączonej kawalków mięsa w osłonce niepaladnej 60 g (SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem () 80 g Sałata zielona 20 g Banana 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z kapusty białe z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 150 g Surówka z kapusty białe z olejem b/c () 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 90 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Kotlety ziemniaczane () 300 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 200 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* zlc 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (GLU PSZ. SEL.) Szyńska wieprzowa gotowana 90 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

2024-01-04 czwartek											
PN											
<p>Om- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskócki 80 g Herbata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>96 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Om- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgli Zestaw I</p> <p>Chleb razowy pszenno-żytni (<u>GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy ( ) 50 g (<u>GLU PSZ. JAU.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgli Zestaw II</p> <p>76 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Om- XI Ubogoproteinowa</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor biskócki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- XI Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Om- XV Beźmleczna Zestaw I</p> <p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody w osł.niejad 50 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>		
	<p>Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g</p>	<p>E: 2394,14 kcal; B: 107,43 g; T: 52,09 g; Kw. tł. nasy.: 17,42 g; W: 389,62 g; W tym cukry: 119,72 g; Bł.: 34,33 g; Sól: 7,87 g;</p>	<p>E: 2333,90 kcal; B: 99,69 g; T: 61,37 g; Kw. tł. nasy.: 21,35 g; W: 361,98 g; W tym cukry: 105,97 g; Bł.: 35,89 g; Sól: 8,59 g;</p>	<p>E: 2443,71 kcal; B: 97,07 g; T: 64,89 g; Kw. tł. nasy.: 21,32 g; W: 384,92 g; W tym cukry: 111,56 g; Bł.: 37,46 g; Sól: 9,05 g;</p>	<p>E: 2347,26 kcal; B: 104,82 g; T: 75,38 g; Kw. tł. nasy.: 24,46 g; W: 328,66 g; W tym cukry: 56,73 g; Bł.: 39,43 g; Sól: 9,72 g;</p>	<p>E: 2457,07 kcal; B: 102,19 g; T: 78,91 g; Kw. tł. nasy.: 24,43 g; W: 351,61 g; W tym cukry: 62,32 g; Bł.: 41,00 g; Sól: 10,17 g;</p>	<p>E: 1487,23 kcal; B: 72,34 g; T: 32,48 g; Kw. tł. nasy.: 8,48 g; W: 242,29 g; W tym cukry: 46,31 g; Bł.: 34,00 g; Sól: 7,15 g;</p>	<p>E: 2640,78 kcal; B: 113,48 g; T: 79,04 g; Kw. tł. nasy.: 27,24 g; W: 383,09 g; W tym cukry: 111,20 g; Bł.: 30,39 g; Sól: 8,70 g;</p>	<p>E: 2750,59 kcal; B: 110,85 g; T: 82,56 g; Kw. tł. nasy.: 27,22 g; W: 406,04 g; W tym cukry: 116,79 g; Bł.: 31,96 g; Sól: 9,15 g;</p>	<p>E: 2489,88 kcal; B: 48,88 g; T: 68,45 g; Kw. tł. nasy.: 13,41 g; W: 437,12 g; W tym cukry: 88,35 g; Bł.: 44,71 g; Sól: 4,42 g;</p>	<p>E: 1997,67 kcal; B: 84,31 g; T: 56,37 g; Kw. tł. nasy.: 14,22 g; W: 301,17 g; W tym cukry: 58,39 g; Bł.: 26,75 g; Sól: 7,47 g;</p>

		Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD											
OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata/ Przeclerana	OM- Pymna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Poloznicza Zestaw I	OM- Poloznicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II										
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wleprzowych z polaczonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 60 g (SOJ.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb razowy 116 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Iwarozek 80 g (MLE.) Opórek hiszory 80 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 400 ml (SEL.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska z pierśią indyca, wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ. SEL.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Banan 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyńska Królewiecka-kiełbasa wleprzowo drobiowa, średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ. SOJ. MLE. GLU OW.) Marchew gotowana z olejem ( ) 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE. GLU ZYT. GLU JECZ.)										
		Jogurt brzoskwińskiowy 150g 1 szt (MLE.)						Kisiel o smaku wiśniowym b/c 300 ml											
		Baryszcz czernony z ziemniakami ( ) 200 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wleprzowy pieczony mielony 50 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 90 g Brokuł gotowany z olejem* 50 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 50 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Szpinałkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wleprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Szpinałkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kolejki ziemniaczane ( ) 300 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos koperekowy * 50 ml (GLU PSZ. MLE.) Surowka z kapuszy białe z olejem ( ) 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Szpinałkowa z ziemniakami (bez mleka) ( ) 400 ml (SEL.) Szyńska wleprzowa gotowana 90 g Sos własny (bez glutenu) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Szpinałkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Szyńska wleprzowa gotowana 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Baryszcz czernony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wleprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Szpinałkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Szyńska wleprzowa gotowana 90 g Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Baryszcz czernony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wleprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml		Baryszcz czernony z ziemniakami ( ) 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Zrazik wleprzowy pieczony mielony 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos własny ( ) 50 ml (GLU PSZ. SEL.) Ryż na sypko 150 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g (GLU PSZ. SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	

		2024-01-04 czwartek							
OM- XV Bezmieczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowiata/Przedelana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 32 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 30 g Pomidor b/iskorki 40 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Kalaflor gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Dyňa z wody 100 g Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Paszlet z soczewicy ( ) 80 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Platki pszenne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g ( <u>GLU PSZ. GLU ZYT.</u> ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g ( <u>MLE.</u> ) Szytkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z.dodat.wody w ost./niejad 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
PN		Frytki warzywne pieczone (marchew, burak, pietruszka) 100 g							
E: 2239,17 kcal; B: 84,83 g; T: 59,99 g; Kw. tł. nasy.: 14,41 g; W: 337,34 g; W tym cukry: 69,72 g; Bł.: 35,84 g; Sol: 8,18 g.	E: 1517,19 kcal; B: 50,44 g; T: 35,37 g; Kw. tł. nasy.: 11,44 g; W: 259,41 g; W tym cukry: 117,37 g; Bł.: 22,41 g; Sol: 4,19 g.	E: 2449,86 kcal; B: 104,19 g; T: 72,02 g; Kw. tł. nasy.: 24,26 g; W: 362,19 g; W tym cukry: 114,92 g; Bł.: 34,14 g; Sol: 7,51 g.	E: 2575,89 kcal; B: 106,53 g; T: 72,92 g; Kw. tł. nasy.: 24,60 g; W: 389,21 g; W tym cukry: 119,95 g; Bł.: 38,15 g; Sol: 8,28 g.	E: 2803,83 kcal; B: 95,58 g; T: 75,97 g; Kw. tł. nasy.: 19,78 g; W: 451,55 g; W tym cukry: 109,72 g; Bł.: 41,03 g; Sol: 7,66 g.	E: 2168,66 kcal; B: 71,06 g; T: 58,20 g; Kw. tł. nasy.: 12,18 g; W: 353,40 g; W tym cukry: 68,28 g; Bł.: 34,27 g; Sol: 5,49 g.	E: 2571,26 kcal; B: 104,51 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 22,67 g; W: 412,00 g; W tym cukry: 141,41 g; Bł.: 36,38 g; Sol: 8,77 g.	E: 2680,11 kcal; B: 100,25 g; T: 67,09 g; Kw. tł. nasy.: 22,64 g; W: 436,00 g; W tym cukry: 146,04 g; Bł.: 37,95 g; Sol: 9,23 g.	E: 2571,26 kcal; B: 104,51 g; T: 63,57 g; Kw. tł. nasy.: 22,67 g; W: 412,00 g; W tym cukry: 141,41 g; Bł.: 36,38 g; Sol: 8,77 g.	E: 2680,11 kcal; B: 100,25 g; T: 67,09 g; Kw. tł. nasy.: 22,64 g; W: 436,00 g; W tym cukry: 146,04 g; Bł.: 37,95 g; Sol: 9,23 g.

**Oznaczenia wskaźników odz.:**

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

