

2024-01-05 piątek		Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD															
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Latwo strawna dzięciąca Zestaw I	OM- IV Latwo strawna dzięciąca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. so ku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I														
Platki owsiane na mleku OM. Chleb razowy pszemno-żytni GLU Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)	400 ml (MLE , GLU) 116 g (GLU , PSZ , GLU , ZYT.) 10 g (MLE.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)	Sonda / płynna śn. 400 g (GLU , PSZ , MLE.)	Platki owsiane na mleku OM. Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	400 ml (MLE , GLU) 76 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 10 g (MLE.) 300 ml	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)	Biskwity 30 g (GLU , PSZ , JAU , MLE , GLU , JECZ.)	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE , GLU , OM.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)	400 ml (MLE , GLU , OM.) 76 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 10 g (MLE.) 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE , GLU , OM.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)	400 ml (MLE , GLU , OM.) 90 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE , GLU , OM.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)	400 ml (MLE , GLU , OM.) 90 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 300 ml				
Sonda / płynna ob. 400 g (GLU , PSZ , JAU , SEL.)		Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)		Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)		Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)		Kefir 2,0% tł 150g 1 szt. (MLE.)															
Kalaforowa z makaronem 400 ml (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Surowka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Sonda / płynna ob. 400 g (GLU , PSZ , JAU , SEL.)		Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 200 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE , SEL.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU , PSZ , JAU , RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Seleterowa z makaronem 400 g (GLU , PSZ , MLE , SEL.) Ryba gotowana (Miruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku 100 g (GLU , PSZ , SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml		Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE , GLU , OM.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)		400 ml (MLE , GLU , OM.) 76 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 10 g (MLE.) 300 ml		Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE , GLU , OM.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU , PSZ.) Twardy półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt. Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE , GLU , ZYT , GLU , JECZ.)		400 ml (MLE , GLU , OM.) 90 g (GLU , PSZ.) 80 g (MLE.) 20 g 1 szt. 300 ml	

2024-01-05 piątek	
<p>OM-I Podstawowa Zestaw I</p> <p>OM-I Podstawowa Zestaw II</p> <p>OM-III b Do żywienia przez sondę</p> <p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I</p> <p>OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II</p> <p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw I</p> <p>OM-VI Pooperacyjna Zestaw II</p> <p>OM-VII Z ogr. sub.pobudz.wydz.so ku żoład Zestaw I</p> <p>OM-VII Z ogr. sub.pobudz.wydz.so ku żoład Zestaw II</p> <p>OM-VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni GLU PSZ. GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z jaj 50 g (JAJ. MLE.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Papyka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Sonda mięsna! 400 g (JAJ. SEL.)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOL.) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Sałata zielona 20 g Serrek homo z natką pietruszki 100 g (MLE.) Buraczki oprószane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p> <p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ. MLE.)</p>
PN	<p>E: 2282,18 kcal; B: 108,29 g; T: 58,01 g; Kw. tł. nasy.: 20,18 g; W: 344,27 g; W tym cukry: 98,60 g; Bł.: 31,27 g; Sol: 7,63 g.</p> <p>E: 2373,08 kcal; B: 102,42 g; T: 62,61 g; Kw. tł. nasy.: 20,76 g; W: 362,62 g; W tym cukry: 98,22 g; Bł.: 31,21 g; Sol: 7,73 g.</p> <p>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; Bł.: 21,35 g; Sol: 2,66 g.</p> <p>E: 2081,74 kcal; B: 104,44 g; T: 55,12 g; Kw. tł. nasy.: 15,03 g; W: 305,06 g; W tym cukry: 77,56 g; Bł.: 30,41 g; Sol: 5,19 g.</p> <p>E: 2168,14 kcal; B: 95,37 g; T: 58,37 g; Kw. tł. nasy.: 15,83 g; W: 334,12 g; W tym cukry: 84,63 g; Bł.: 27,33 g; Sol: 5,15 g.</p> <p>E: 2365,55 kcal; B: 116,28 g; T: 63,25 g; Kw. tł. nasy.: 18,64 g; W: 347,59 g; W tym cukry: 108,61 g; Bł.: 34,66 g; Sol: 5,78 g.</p> <p>E: 2360,98 kcal; B: 107,72 g; T: 65,25 g; Kw. tł. nasy.: 18,99 g; W: 346,93 g; W tym cukry: 100,09 g; Bł.: 27,33 g; Sol: 5,48 g.</p> <p>E: 2285,38 kcal; B: 114,09 g; T: 60,83 g; Kw. tł. nasy.: 18,42 g; W: 333,02 g; W tym cukry: 101,72 g; Bł.: 30,41 g; Sol: 5,52 g.</p> <p>E: 2360,98 kcal; B: 107,72 g; T: 65,25 g; Kw. tł. nasy.: 18,99 g; W: 346,93 g; W tym cukry: 100,09 g; Bł.: 27,33 g; Sol: 5,48 g.</p> <p>E: 2279,53 kcal; B: 121,74 g; T: 48,39 g; Kw. tł. nasy.: 14,54 g; W: 353,09 g; W tym cukry: 103,48 g; Bł.: 30,04 g; Sol: 5,42 g.</p>

PD	Obiad																																		
II ŚN	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (GLU PSZ SEL.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (GLU PSZ SEL.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Katalifonowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g () Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.)	Keifir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Ryzowa (z ryżem brązowym) () 400 ml (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Keifir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa () 400 ml (MLE SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Karnapka z szynką i sałatką (bukia pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryzowa (bez młaka) () 400 ml (SEL.) Zapiekanka ziemniaczana- dieta () 300 g (SEL.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.)	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Katalifonowa z makaronem (bez młaka) () 400 ml (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Keifir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Selejowa z makaronem () 400 g (GLU PSZ SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g ()	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bukia pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Twarog półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLEJ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE.) Twarog półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLEJ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE.) Twarog półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLEJ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE.) Twarog półtłusty 80 g (MLE.) Surówka z marchwi i pora z olejem b/c () 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Twarog półtłusty 30 g Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLEJ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Bukia pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Twarog półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Margaryna roślinna (80% tł) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLEJ.)	Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) wywarze jairzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.) Chleb bezglutenowy 116 g Twarog półtłusty 30 g Dżem 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Margaryna roślinna (80% tł) 15 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Platki owsiane na wywarze jairzynowym 400 ml (SEL, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT) Polewka winiowca wędzona więdrowa z dodatkowym wodą wędzona parzona 60 g (GLU PSZ, SOL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Margaryna roślinna bez młeczna o zaw.80% tł 15 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml

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 węgli Zestaw I	OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgli Zestaw II	OM- XI Ubogoenergetyczna	OM- XIII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Beźmleczna Zestaw I				
<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Serrek homo z natką (<u>MLE</u>) Pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Papyłka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Sałata zielona 20 g Serrek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u>) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 116 g Miod (25g) 1 szt. Sałata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jęczmiovym 400 ml (<u>SEL</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (<u>MLE</u>) Serrek homo z natką pietruszki 30 g (<u>MLE</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>GLU</u> <u>ZYT</u>) Sałata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jęczmiovym 400 ml (<u>SEL</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g (<u>SOJ</u>) Buraczki oprószane () 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z twarogiem i pomidorem (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>MLE</u>)</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt. (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> <u>SOJ</u>)</p>
<p>2024-01-05 piątek</p>	<p>Kolacja</p>	<p>PN</p>	<p>E: 2294,09 kcal; B: 110,71 g; T: 52,10 g; Kw. tł. nasy.: 15,37 g; W: 357,75 g; W tym cukry: 101,66 g; Bł.: 26,64 g; Sól: 5,75 g.</p>	<p>E: 2282,38 kcal; B: 107,17 g; T: 58,04 g; Kw. tł. nasy.: 18,59 g; W: 346,36 g; W tym cukry: 99,90 g; Bł.: 34,01 g; Sól: 6,99 g.</p>	<p>E: 2357,98 kcal; B: 100,80 g; T: 62,47 g; Kw. tł. nasy.: 19,15 g; W: 360,28 g; W tym cukry: 98,27 g; Bł.: 30,93 g; Sól: 6,96 g.</p>	<p>E: 2103,46 kcal; B: 111,29 g; T: 59,78 g; Kw. tł. nasy.: 17,42 g; W: 295,58 g; W tym cukry: 47,90 g; Bł.: 31,31 g; Sól: 7,75 g.</p>	<p>E: 2191,36 kcal; B: 105,61 g; T: 64,73 g; Kw. tł. nasy.: 17,80 g; W: 313,30 g; W tym cukry: 47,70 g; Bł.: 33,14 g; Sól: 7,86 g.</p>	<p>E: 1584,43 kcal; B: 70,77 g; T: 28,49 g; Kw. tł. nasy.: 6,69 g; W: 271,22 g; W tym cukry: 79,55 g; Bł.: 26,35 g; Sól: 4,91 g.</p>	<p>E: 2567,17 kcal; B: 126,58 g; T: 74,46 g; Kw. tł. nasy.: 22,76 g; W: 362,04 g; W tym cukry: 103,75 g; Bł.: 30,12 g; Sól: 6,75 g.</p>	<p>E: 2642,77 kcal; B: 120,21 g; T: 78,88 g; Kw. tł. nasy.: 23,33 g; W: 375,95 g; W tym cukry: 102,12 g; Bł.: 27,04 g; Sól: 6,71 g.</p>	<p>E: 2062,18 kcal; B: 38,20 g; T: 60,04 g; Kw. tł. nasy.: 11,36 g; W: 354,33 g; W tym cukry: 66,05 g; Bł.: 33,39 g; Sól: 1,84 g.</p>	<p>E: 2199,77 kcal; B: 89,97 g; T: 59,79 g; Kw. tł. nasy.: 14,37 g; W: 341,12 g; W tym cukry: 50,23 g; Bł.: 33,90 g; Sól: 10,04 g.</p>	

2024-01-05 piątek									
PD	Obiad		Śniadanie						
II ŚN									
	<p>Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa (bez mleka) 400 ml (SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Ryżowa 200 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Wartzywa po grecku 50 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 50 g Ziemniaki z koperkiem 90 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 250 ml</p>	<p>Fasolka szparagowa z olejem* 100 g Ryżowa 400 ml (MLE, SEL.) Pulpet rybny (Mitruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorowa z makaronem 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100 g Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wartzywa po grecku (bez glutenu) 100 g (SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>	<p>Wartzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z olejem* 100 g (SEL.) Ryba gotowana (Mitruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 180 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* z/c 300 ml</p>
	<p>Banan 150 g</p>		<p>Biskopki 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.)</p>						
	<p>Platki owsiane na wywarze jęczmiovym 400 ml (SEL., GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Polejówka wiśniowa wędziona wlepszona z dodatkami wody 60 g (GLU PSZ, SOU.) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 20 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko 1 szt. 1 szt. Kakao na mleku b/c 250 ml (MLE.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Platki kukurydziane na mleku 400 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 120 g Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>Platki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Twaróg półtłusty 80 g (MLE.) Dżem 20 g Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt. Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>

PN	2024-01-05 piątek									
	Kolacja									
	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g Kasza jaglana na wycierze jarzynowym 400 ml (SEL.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 60 g (SOJ.) Buraczki oproszane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dela 30 g (JAJ MLE.) Buraczki oproszane () 40 g (GLU PSZ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Kasza jaglana na wycierze jarzynowym 400 ml (SEL.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ MLE.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 120 g Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki gotowane z olejem () 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oproszane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Salata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Buraczki oproszane () 80 g (GLU PSZ.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 76 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Szyńska zielonogórska-wp. parzona 25 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Serrek homo z natką pietruszki 50 g (MLE.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt.									
	E: 2203,47 kcal; B: 83,83 g; T: 64,01 g; Kw. tł. nasy.: 14,81 g; W: 338,02 g; W tym cukry: 50,76 g; Bł.: 31,38 g; Soli: 9,01 g.	E: 1537,80 kcal; B: 55,25 g; T: 36,57 g; Kw. tł. nasy.: 11,73 g; W: 260,96 g; W tym cukry: 111,26 g; Bł.: 18,78 g; Soli: 2,88 g.	E: 2295,16 kcal; B: 102,75 g; T: 62,24 g; Kw. tł. nasy.: 18,98 g; W: 342,13 g; W tym cukry: 101,54 g; Bł.: 27,46 g; Soli: 5,38 g.	E: 2246,84 kcal; B: 102,21 g; T: 62,40 g; Kw. tł. nasy.: 19,04 g; W: 330,71 g; W tym cukry: 94,87 g; Bł.: 28,44 g; Soli: 5,00 g.	E: 2343,93 kcal; B: 112,15 g; T: 63,05 g; Kw. tł. nasy.: 21,70 g; W: 344,56 g; W tym cukry: 98,88 g; Bł.: 31,27 g; Soli: 7,36 g.	E: 2201,35 kcal; B: 83,86 g; T: 61,15 g; Kw. tł. nasy.: 14,47 g; W: 333,53 g; W tym cukry: 76,83 g; Bł.: 24,49 g; Soli: 3,91 g.	E: 2513,68 kcal; B: 111,07 g; T: 60,32 g; Kw. tł. nasy.: 19,00 g; W: 403,87 g; W tym cukry: 137,40 g; Bł.: 36,56 g; Soli: 7,14 g.	E: 2589,28 kcal; B: 104,70 g; T: 64,75 g; Kw. tł. nasy.: 19,56 g; W: 417,73 g; W tym cukry: 135,77 g; Bł.: 33,48 g; Soli: 7,11 g.	E: 2513,68 kcal; B: 111,07 g; T: 60,32 g; Kw. tł. nasy.: 19,00 g; W: 403,87 g; W tym cukry: 137,40 g; Bł.: 36,56 g; Soli: 7,14 g.	E: 2538,08 kcal; B: 103,48 g; T: 64,49 g; Kw. tł. nasy.: 19,50 g; W: 406,47 g; W tym cukry: 135,77 g; Bł.: 32,82 g; Soli: 6,79 g.
	Kanapka z szynką i sałatką (bułka pszenna 32g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ.)									

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odź:

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,

NAPRZÓD CATERING SP. Z O.O.
ul. Traktorowa 126 lok. 301, 24-204 Łódź
NIP 6772398589 REGON 1463712430
KRS 0096601008

