

		OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Do żywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Ser żółty 25 g (<u>MLE,)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JE CZ,)</u>		Sonda / plynna śn. 500 g (<u>GLU PSZ, MLE,)</u>	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g
	II ŚN			Zupa jarzynowa () z/m dr. 300 ml (<u>SEL,)</u>	Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u>
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JE CZ,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JE CZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Sonda / plynna ob. 500 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,)</u>	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JE CZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD			Sonda ziemniaczana 500 g (<u>JAJ, MLE, SEL,)</u>	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Pasta z ciecierzycy z warzywami () 80 g (<u>SEL,)</u> Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		Sonda mięsna! 500 g (<u>JAJ, SEL,)</u>	Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN				
		E: 2251.10 kcal; B: 98.91 g; T: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 22.87 g; W: 311.44 g; W tym cukry: 48.55 g; Bł.: 33.41 g; Sól: 7.82 g;	E: 2250.02 kcal; B: 94.77 g; T: 67.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.23 g; W: 328.24 g; W tym cukry: 54.30 g; Bł.: 34.42 g; Sól: 8.01 g;	E: 2539.05 kcal; B: 140.69 g; T: 106.04 g; Kw. tł. nasy.: 32.92 g; W: 269.82 g; W tym cukry: 95.58 g; Bł.: 29.32 g; Sól: 2.91 g;	E: 2106.09 kcal; B: 103.89 g; T: 64.43 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; W: 289.47 g; W tym cukry: 49.48 g; Bł.: 24.07 g; Sól: 7.01 g;

	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoład. Zestaw I	
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, </u>) Pomidor 80 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, </u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>) Marchew oprószana z olejem () 80 g (<u>GLU PSZ, </u>)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, </u>) Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>) Marchew oprószana z olejem () 80 g (<u>GLU PSZ, </u>)</p>	
	II SN	Herbatniki 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)	Kanaпка z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)		
	Obiad	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
	PD				
	Kolacja	<p>Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	
	PN				
		<p>E: 2104.41 kcal; B: 100.72 g; T: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; W: 305.03 g; W tym cukry: 54.63 g; Bł.: 25.22 g; Sól: 7.20 g;</p>	<p>E: 2256.69 kcal; B: 113.34 g; T: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; W: 298.85 g; W tym cukry: 44.17 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 8.15 g;</p>	<p>E: 2255.01 kcal; B: 110.16 g; T: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; W: 314.41 g; W tym cukry: 49.32 g; Bł.: 27.65 g; Sól: 8.34 g;</p>	
		<p>E: 2256.69 kcal; B: 113.34 g; T: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; W: 298.85 g; W tym cukry: 44.17 g; Bł.: 26.51 g; Sól: 8.14 g;</p>			

	OM- VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.soku żoła. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II	OM- IX Łatwo strawna	
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Marchew oprószana z olejem () 80 g (<u>GLU PSZ,)</u></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ,)</u> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u></p>	
	II ŚN	<p>Kanapka z szynką drobiową (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u></p>	<p>Kanapka z szynką (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u></p>		
	Obiad	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
	PD				
	Kolacja	<p>Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</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 Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	
	PN				
	<p>E: 2255.01 kcal; B: 110.16 g; T: 67.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.07 g; W: 314.41 g; W tym cukry: 49.32 g; Bł.: 27.65 g; Sól: 8.33 g;</p>	<p>E: 2070.02 kcal; B: 112.75 g; T: 54.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; W: 292.77 g; W tym cukry: 42.00 g; Bł.: 24.32 g; Sól: 7.86 g;</p>	<p>E: 2068.34 kcal; B: 109.57 g; T: 49.34 g; Kw. tł. nasy.: 14.32 g; W: 308.33 g; W tym cukry: 47.15 g; Bł.: 25.47 g; Sól: 8.05 g;</p>	<p>E: 2098.97 kcal; B: 105.97 g; T: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; W: 289.24 g; W tym cukry: 39.53 g; Bł.: 26.22 g; Sól: 8.62 g;</p>	

	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	
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u>	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g
	II ŚN		Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u>		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN		Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,)</u>		
	E: 2097.29 kcal; B: 102.79 g; T: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.42 g; W: 304.80 g; W tym cukry: 44.68 g; Bt.: 27.36 g; Sól: 8.81 g;	E: 2545.88 kcal; B: 123.82 g; T: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 348.98 g; W tym cukry: 37.90 g; Bt.: 30.74 g; Sól: 11.32 g;	E: 2497.65 kcal; B: 118.62 g; T: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 354.65 g; W tym cukry: 38.64 g; Bt.: 30.73 g; Sól: 11.18 g;	E: 1949.56 kcal; B: 103.62 g; T: 46.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.39 g; W: 290.17 g; W tym cukry: 43.18 g; Bt.: 26.57 g; Sól: 8.59 g;	

		OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw I	OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II	OM- XIII Niskobiałkowa	OM- XV Eliminacyjna Zestaw I
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połudwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE,)</u> Kielbasa Krakowska wieprzowa parzona grubo rozdrobniona wędzona w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>GOR,)</u> Marchew oprószana z olejem () 80 g (<u>GLU PSZ,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW,)</u> Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurczą 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	II SN	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bułka pszenna 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u>			
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez soli) () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Pierogi ze szpinakiem * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE,)</u> Brokuł gotowany (bez soli)* 200 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ,)</u> Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD	Maślanka 150 ml (<u>MLE,)</u>			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 100 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Miód 50 g Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
	PN	Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,)</u>			
		E: 2635.51 kcal; B: 134.22 g; T: 85.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; W: 347.38 g; W tym cukry: 46.75 g; Bł.: 30.13 g; Sól: 12.43 g;	E: 2633.83 kcal; B: 131.04 g; T: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; W: 362.94 g; W tym cukry: 51.90 g; Bł.: 31.27 g; Sól: 12.62 g;	E: 1773.35 kcal; B: 50.77 g; T: 34.92 g; Kw. tł. nasy.: 8.84 g; W: 323.01 g; W tym cukry: 17.66 g; Bł.: 31.19 g; Sól: 5.16 g;	E: 1769.93 kcal; B: 78.27 g; T: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 10.33 g; W: 254.86 g; W tym cukry: 14.95 g; Bł.: 27.96 g; Sól: 8.36 g;

	OM- XV Eliminacyjna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Papkowata	OM- Półożnicza Zestaw I	
2023-10-26 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU OW, </u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE, </u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE, </u>) Pomidor b/skórki 70 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ, </u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, </u>) Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>) Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE, </u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Poledwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, </u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE, </u>) Pomidor 80 g
	II ŚN		Jogurt o smaku brzoskwiowym-ww 200 ml (<u>MLE, </u>)	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, </u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 90 g (<u>GLU JECZ, </u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ, </u>) Brokuł gotowany z dodatkiem oleju* 200 g (<u>SEZ, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>) Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ, </u>) Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ, </u>) Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ, </u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL, </u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD		Banan 150 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ, </u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE, </u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka 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 Fasolka szparagowa z wody* 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </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 Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN			Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, </u>)	
	E: 1758.20 kcal; B: 74.78 g; T: 48.83 g; Kw. tł. nasy.: 9.70 g; W: 268.32 g; W tym cukry: 20.10 g; Bł.: 29.12 g; Sól: 8.30 g;	E: 1310.70 kcal; B: 57.86 g; T: 34.55 g; Kw. tł. nasy.: 14.27 g; W: 200.30 g; W tym cukry: 56.74 g; Bł.: 15.54 g; Sól: 4.14 g;	E: 2044.32 kcal; B: 107.02 g; T: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; W: 274.81 g; W tym cukry: 46.56 g; Bł.: 24.43 g; Sól: 7.17 g;	E: 2545.88 kcal; B: 123.82 g; T: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 348.98 g; W tym cukry: 37.90 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 11.32 g;	

	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	OM- Specjalna	
2023-10-26 czwartek	Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW,)</u> Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Połędwica wiśniowa wędzonka wieprzowa z dodatkim wody wędzona parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ,)</u> Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,)</u> Pomidor 100 g
	II ŚN	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb razowy 50g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,)</u>			
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Zrazik wieprzowy pieczony mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 150 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,)</u> Bitka wieprzowa z szynki duszona 90 g (<u>GLU PSZ,)</u> Sos pomidorowy 50 ml (<u>GLU PSZ,)</u> Kasza bulgur 170 g (<u>GLU PSZ,)</u> Surówka wielowarzywna z olejem b/c () 200 g (<u>SEL,)</u> Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml
	PD				
	Kolacja	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,)</u> Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE,)</u> Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	PN	Kanapka z serem żółtym i pomidorem (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,)</u>			
	E: 2497.65 kcal; B: 118.62 g; T: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 354.65 g; W tym cukry: 38.64 g; Bł.: 30.73 g; Sól: 11.18 g;	E: 2545.88 kcal; B: 123.82 g; T: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; W: 348.98 g; W tym cukry: 37.90 g; Bł.: 30.74 g; Sól: 11.32 g;	E: 2497.65 kcal; B: 118.62 g; T: 72.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.47 g; W: 354.65 g; W tym cukry: 38.64 g; Bł.: 30.73 g; Sól: 11.18 g;	E: 2133.04 kcal; B: 106.77 g; T: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.15 g; W: 301.27 g; W tym cukry: 40.87 g; Bł.: 26.47 g; Sól: 9.21 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

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,