

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. soku żołąd. Zestaw I	OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żołąd. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 116 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 116 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.)	Sonda / płynna śn. 400 g (GLU PSZ, JAU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. f. arzo z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g Rukola 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g Salaeta zielona 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, GLU JECZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. f. arzo z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g Salaeta zielona 10 g	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. f. arzo z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL, GLU PSZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, GLU JECZ.) Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. f. arzo z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL, GLU PSZ.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 400 g (GLU PSZ, JAU, MLE)
Śniadanie									
Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU.) Szynkowa dębowa kiel wp gr. rozdz. wędz. f. arzo z dodat. wody w osł. niejad 25 g Papryka świeża 80 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)									
Sonda mleczna! 400 g (GLU PSZ, JAU, MLE)									
Chakka 80 g (GLU PSZ, JAU.)									
Chakka 50 g (GLU PSZ, JAU.)									
Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Surówka Coleslaw () 100 g (JAU, MLE, GOR.) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml									
Kalaflorowa z ryżem 400 ml (MLE, SEL.) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (GLU PSZ, JAU, SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)									
Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Szos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)									
Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Szos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)									
Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Szos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)									
Rosół z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwiartka z kurczaka gotowane 100 g Sos własny () 50 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)									
Obiad									

2023-12-17 niedziela

PD	Kolacja		PN							
<p>OM- I Podstawowa zestaw I</p> <p>OM- I Podstawowa zestaw II</p> <p>OM- III b Do zwienia 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. soku żółąd. Zestaw I</p> <p>OM- VII Z ogr. sub. pobudz. wydz. soku żółą. Zestaw II</p> <p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I</p>	<p>Chleb mieszany pszemno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)</p> <p>Jabłko 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Sonda ziemniaczana 400 g (JAU, MLE, SEL.)</p>	<p>Soda ziemniaczana 300 g (JAU, MLE, SEL.)</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)</p> <p>Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)</p>			
	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>	<p>Sok pomidorowy 0,3l 1 szt</p>		
	<p>E: 2454,99 kcal; B: 130,82 g; T: 86,20 g; Kw. tł. nasy.: 26,29 g; W: 303,54 g; W tym cukry: 64,61 g; Bł.: 30,01 g; Sol: 7,60 g</p>	<p>E: 2145,04 kcal; B: 92,34 g; T: 63,33 g; Kw. tł. nasy.: 18,62 g; W: 316,74 g; W tym cukry: 66,32 g; Bł.: 31,27 g; Sol: 7,37 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: 2485,96 kcal; B: 125,63 g; T: 84,40 g; Kw. tł. nasy.: 22,65 g; W: 319,78 g; W tym cukry: 54,09 g; Bł.: 25,48 g; Sol: 6,84 g</p>	<p>E: 2203,71 kcal; B: 87,37 g; T: 64,16 g; Kw. tł. nasy.: 15,16 g; W: 333,95 g; W tym cukry: 56,31 g; Bł.: 27,08 g; Sol: 6,62 g</p>	<p>E: 2495,70 kcal; B: 129,51 g; T: 85,91 g; Kw. tł. nasy.: 24,81 g; W: 314,25 g; W tym cukry: 62,94 g; Bł.: 25,53 g; Sol: 7,04 g</p>	<p>E: 2213,45 kcal; B: 91,25 g; T: 65,66 g; Kw. tł. nasy.: 17,31 g; W: 328,42 g; W tym cukry: 65,16 g; Bł.: 27,13 g; Sol: 6,83 g</p>	<p>E: 2519,10 kcal; B: 129,51 g; T: 88,51 g; Kw. tł. nasy.: 24,98 g; W: 314,25 g; W tym cukry: 62,94 g; Bł.: 25,53 g; Sol: 7,04 g</p>	<p>E: 2213,45 kcal; B: 91,25 g; T: 65,66 g; Kw. tł. nasy.: 17,31 g; W: 328,42 g; W tym cukry: 65,16 g; Bł.: 27,13 g; Sol: 6,83 g</p>	<p>E: 2137,30 kcal; B: 115,89 g; T: 46,79 g; Kw. tł. nasy.: 13,66 g; W: 325,95 g; W tym cukry: 63,72 g; Bł.: 27,01 g; Sol: 7,25 g</p>

Śniadanie		II ŚN		Obiad											
<p>OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw II</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 90 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw I</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ. GLU ZYT.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>)</p>	<p>OM- IX Łatwo strawna Zestaw II</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU, <u>PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw I</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 116 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Papyka świeża 80 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>, <u>GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- X Z ogr. łatwo przyswajalnych węgl. Zestaw II</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 116 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 50 g Papyka świeża 80 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>, <u>GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- XI Ubogoenergetyczna</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU, <u>PSZ. GLU ZYT.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 30 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>, <u>GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- XII Bogatobiałkowa łatwostrawna Zestaw II</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. parzo. z dodat. wody w osł. niejad 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, <u>GLU ZYT.</u>, <u>GLU JECZ.</u>)</p>	<p>OM- XIII Niskobiałkowa</p> <p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE, <u>GLU JECZ.</u>) Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 20 g Dżem 20 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>OM- XV Bezmleczna Zestaw I</p> <p>Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU, <u>PSZ. GLU ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodat. wody w osł. niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL., <u>GLU JECZ.</u>) Rukola 1 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>						
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanaпка z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ. SOL.</u>)													
<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Cwiartka z karczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym () 400 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Cwiartka z karczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Surowka Colleslaw () 100 g (JAJ, <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Surowka Colleslaw () 100 g (JAJ, <u>MLE.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Cwiartka z karczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Kalafiorkowa z ryżem () 400 ml (MLE, <u>SEL.</u>) Klopsik drobiowo-warzywny z udźca 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) JAJ SEL.) Sos własny () 50 ml (GLU, <u>PSZ. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 180 g Marchew oproszana z olejem () 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU, <u>PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

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 Bezmleczna Zestaw I		
Bulka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ) Serek homio o smaku waniliowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homio o smaku waniliowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homio, naturalny 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	116 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) 10 g (MLE) 80 g (MLE) 1 szt 1 szt 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Serek homio o smaku waniliowym 50 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Budyn o smaku śmietankowym z/c 300 ml (MLE)	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Serek homio o smaku waniliowym 120 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE) Serek homio o smaku waniliowym 30 g (MLE) Miod (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Jarzynowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ SEL)	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU, ZYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Polewica Soppoka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
2023-12-17 niedziela											
Kolacja											
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml											
PN											
Kanapka z szynką i sałatką (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ SOL)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt					Kanapka z szynką i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ SOL, MLE, GLU, ZYT)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt				
E: 2166,03 kcal; B: 95,40 g; T: 54,27 g; Kw. tł. nasy.: 14,11 g; W: 337,78 g; W tym cukry: 65,89 g; Bł.: 28,52 g; Sól: 7,38 g.	E: 2400,64 kcal; B: 123,74 g; T: 82,62 g; Kw. tł. nasy.: 24,97 g; W: 304,14 g; W tym cukry: 61,08 g; Bł.: 29,08 g; Sól: 8,67 g.	E: 2118,39 kcal; B: 85,49 g; T: 62,37 g; Kw. tł. nasy.: 17,47 g; W: 318,31 g; W tym cukry: 63,30 g; Bł.: 30,68 g; Sól: 8,46 g.	E: 2660,74 kcal; B: 138,79 g; T: 87,45 g; Kw. tł. nasy.: 27,23 g; W: 344,70 g; W tym cukry: 61,12 g; Bł.: 34,39 g; Sól: 10,37 g.	E: 2383,26 kcal; B: 100,37 g; T: 67,38 g; Kw. tł. nasy.: 19,78 g; W: 360,73 g; W tym cukry: 62,85 g; Bł.: 36,00 g; Sól: 10,11 g.	E: 1316,71 kcal; B: 52,66 g; T: 30,02 g; Kw. tł. nasy.: 4,84 g; W: 221,58 g; W tym cukry: 32,17 g; Bł.: 25,97 g; Sól: 5,96 g.	E: 3118,12 kcal; B: 161,47 g; T: 106,80 g; Kw. tł. nasy.: 33,65 g; W: 390,83 g; W tym cukry: 103,59 g; Bł.: 27,30 g; Sól: 10,40 g.	E: 2835,87 kcal; B: 123,21 g; T: 86,56 g; Kw. tł. nasy.: 26,16 g; W: 405,00 g; W tym cukry: 105,81 g; Bł.: 28,90 g; Sól: 10,18 g.	E: 1944,41 kcal; B: 31,13 g; T: 54,26 g; Kw. tł. nasy.: 11,19 g; W: 346,30 g; W tym cukry: 55,37 g; Bł.: 32,17 g; Sól: 4,00 g.	E: 2377,31 kcal; B: 109,81 g; T: 86,82 g; Kw. tł. nasy.: 22,48 g; W: 304,07 g; W tym cukry: 30,77 g; Bł.: 31,57 g; Sól: 10,59 g.		

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzień 1-3 lat	OM- Pappowal/ Przeclerana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Pokojnicza Zestaw I	OM- Pokojnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karnięca Zestaw I	OM- Kobieta Karnięca Zestaw II
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u> <u>JECZ</u>) Chleb mieszanym pszemno-żyrni 116 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u>)	Placki kukurydziane na mleku 200 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u>) Bulka pszenna długa krojona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>)	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , <u>GLU</u>) Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u>) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	450 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) 76 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u>) 10 g (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u>) 50 g 100 g 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , <u>GLU</u>) Chleb Graham 116 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt. (<u>JAJ</u> , <u>GLU</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u>) Papryka świeża 80 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)	Placki kukurydziane na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u>) Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 450 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> , <u>GLU</u>) Chleb mieszanym pszemno-żyrni 96 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>)			
Śniadanie Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rodz.wędz.f. arzo.z.dodat.wody w ost.niejad 60 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 90 g (<u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Rukola 10 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chakka 80 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GLU</u>)						Chakka 80 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>GLU</u>)		
II ŚN									
Obiad									
Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 90 g Sznajak gotowany z olejem 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Kolejki sojowe parielowane 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Socz. (<u>MLE</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Sznajak gotowany z olejem 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Surowka Coleslaw 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka) 400 ml (<u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Klopsik drobiowo - warzywny z udźca 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sos własny 50 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Ziemniaki z koperkiem 180 g Marchew oproszana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> , <u>GLU</u>) Sznajak gotowany z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml

PN	2023-12-17 niedziela									
OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pankowata/ Przecierana	OM- Płynna	OM- Wegetariańska	OM- Bezglutenowa	OM- Położnicza Zestaw I	OM- Położnicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II	
	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)					Budyń o smaku śmietankowym b/c 300 ml (MLE.)				
Chleb mieszaný pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)	Bułka pszenna długa krojona 32 g (GLU PSZ.)	Chleb mieszaný pszenno-żytni 96 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Chleb bezglutenowy 116 g	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.)	Margarýna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Serek homó o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
Margarýna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g	Bułka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)	Margarýna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Margarýna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Margarýna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Margarýna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g	Margarýna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.		
Poleǳwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 60 g (SOL.)	Margarýna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.)	Serek homó o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)	Serek homó o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)	Serek homó o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)	Poleǳwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOL.)	Serek homó o smaku wanilinowym 80 g (MLE.)	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.		
Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Serek homó o smaku wanilinowym 30 g (MLE.)	Mus z jabłek () b/c 150 g	Mus z jabłek () b/c 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt.	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml		
Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Herbata czarna granulowana b/c 300 ml				
Herbata czarna granulowana b/c 300 ml			Jarzynowa z ziemiakami (bez mleka) 400 ml (GLU PSZ SEL.)							
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt										
Kanapka z szynką i sałata (bułka pszenna 45g, margarýna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOL.)	E: 1587,97 kcal; B: 62,17 g; T: 40,20 g; Kw. tł. nasy.: 11,45 g; W: 251,66 g; W tym cukry: 55,43 g; Bt.: 15,04 α; Sól: 4,56 α.	E: 2031,95 kcal; B: 90,50 g; T: 65,04 g; Kw. tł. nasy.: 19,05 g; W: 284,81 g; W tym cukry: 49,62 g; Bt.: 27,76 α; Sól: 6,46 α.	E: 2216,53 kcal; B: 95,55 g; T: 65,47 g; Kw. tł. nasy.: 19,11 g; W: 327,65 g; W tym cukry: 52,62 g; Bt.: 32,91 α; Sól: 7,06 α.	E: 2311,10 kcal; B: 98,04 g; T: 77,78 g; Kw. tł. nasy.: 25,70 g; W: 316,16 g; W tym cukry: 66,31 g; Bt.: 36,72 α; Sól: 7,30 α.	E: 2255,71 kcal; B: 92,12 g; T: 88,30 g; Kw. tł. nasy.: 22,16 g; W: 279,50 g; W tym cukry: 47,71 g; Bt.: 22,61 α; Sól: 7,06 α.	E: 2981,60 kcal; B: 143,17 g; T: 94,52 g; Kw. tł. nasy.: 28,61 g; W: 404,63 g; W tym cukry: 89,76 g; Bt.: 29,80 α; Sól: 9,33 α.	E: 2699,35 kcal; B: 104,92 g; T: 74,27 g; Kw. tł. nasy.: 21,11 g; W: 418,80 g; W tym cukry: 91,98 g; Bt.: 31,40 α; Sól: 9,12 α.	E: 2981,60 kcal; B: 143,17 g; T: 94,52 g; Kw. tł. nasy.: 28,61 g; W: 404,63 g; W tym cukry: 89,76 g; Bt.: 29,80 α; Sól: 9,33 α.	E: 2699,35 kcal; B: 104,92 g; T: 74,27 g; Kw. tł. nasy.: 21,11 g; W: 418,80 g; W tym cukry: 91,98 g; Bt.: 31,40 α; Sól: 9,12 α.	

2023-12-17 niedziela	
OM - Bogatobreszkowa	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Chleb Graham 116 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Szynkowa odebowa kiel. wp. gr. rozdz. wędz. f. arzo. z dodatk. wody w osł. niejad 50 g</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p>
II ŚN	
Obiad	<p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Cwiartka z kurczaka gotowana 130 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem () 180 g</p> <p>Surówka Ciesław () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>)</p> <p>Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod>

Jadłospisy w dniu 2023-12-17 KUCHNIA OSTRÓW MAZOWIECKA

OM - Bogatorozłkowa

2023-12-17 niedziela	
PN	PD
	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLUPSZ, GIU ŻYT, Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MILE, Serek homo. naturalny 80 g (MILE, Jabłko 1 szt. 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

E: 2385,57 kcal; B: 130,23 g; T: 78,95 g; Kw. tł. nasy.: 24,45 g; W: 302,14 g; W tym cukry: 60,26 g; Bt.: 31,81 g; Sól: 8,56 g;

<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 MATERING Sp. z o.o.
ul. Traktorowa 126 lok./B01, 91-204 Łódź
NIP 6772800000 REGON 141703N 363712430
Kw. 000001008

