

2023-12-16 sobota	Śniadanie		II ŚN		Obiad		PD		
OM- I Podstawowa zestaw I	OM- I Podstawowa zestaw II	OM- III b Dożywienia przez sondę	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM- IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM- VI Pooperacyjna Zestaw I	OM- VI Pooperacyjna Zestaw II	OM- VII Z ogr: sub. pobudz. wydz. so ku zolad. Zestaw I	OM- VII Z ogr: sub. pobudz. wydz. so ku zola. Zestaw II	OM- VIII Z ograniczeniem tłuszczu Zestaw I
<p>Platki owsiane na mleku OM.) 400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Chleb razowy pszemno-żytni GLU ZYT.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Ser żółty 25 g (MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 25 g (SOL.)</p> <p>Rzodkiew biała 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>116 g (GLU PSZ.)</p> <p>10 g (MLE.)</p> <p>25 g (MLE.)</p> <p>25 g (SOL.)</p> <p>80 g</p> <p>20 g</p> <p>300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p> <p>1 szt.</p>	<p>Sonda / płynna śn. 400 g (GLU PSZ, MLE.)</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 76 g (GLU PSZ.)</p> <p>Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOL.)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem () 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 1 szt. 1 szt</p> <p>Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.)</p>	<p>400 ml (MLE, GLU)</p> <p>Butka pszenna długa krojona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Szynka zielonogórska- wp. parzona 50 g (SOL.)</p>
<p>Grochowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, SEL.)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.)</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ.)</p> <p>Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Salatka szwedzka z olejem b/c 100 g (GOR.)</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Sonda / płynna ob. 400 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (MLE, SEL.)</p> <p>Bitka z udźca z kurczaka duszona 90 g (GLU PSZ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.)</p> <p>Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.)</p> <p>Sos pietruszkowy* 50 ml (GLU PSZ, MLE.)</p> <p>Ryz na sypko 150 g</p> <p>Buraczki oproszane () 100 g (GLU PSZ.)</p> <p>Kalaflor gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
			Jogurt białoskwoinowy 150g 1 szt. (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt. (MLE.)				

2023-12-16 sobota										
PN	Kolacja									
OM-I Podstawowa zestaw I	OM-I Podstawowa zestaw II	OM-III b Do żywienia przez sondę	OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw I	OM-IV Łatwo strawna dziecięca Zestaw II	OM-VI Pooperacyjna Zestaw I	OM-VI Pooperacyjna Zestaw II	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zolad. Zestaw I	OM-VII Z ogr.sub.pobudz.wydz.so ku zola. Zestaw II	OM-VIII Z ograniczeniem tluszczu Zestaw I	
<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU,ZYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ,SEL) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>										
<p>Sonda mięsna 400 g (LAL,SEL)</p>										
<p>Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadalanej 50 g (SOJ,SEL) Bukka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml</p>										
<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>										
<p>Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>										
<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>										
<p>Kanapka z serkiem śniadaniowym i sałata (bukka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śniadaniowy 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, MLE)</p>										
E: 2564,18 kcal; B: 103,92 g; T: 73,64 g; Kw. tł. nasy.: 23,72 g; W: 388,23 g; W tym cukry: 91,74 g; Bł.: 36,72 g; Sól: 9,31 g	E: 2576,37 kcal; B: 106,14 g; T: 75,80 g; Kw. tł. nasy.: 23,93 g; W: 384,14 g; W tym cukry: 91,82 g; Bł.: 36,51 g; Sól: 9,56 g	E: 2196,79 kcal; B: 118,24 g; T: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 36,43 g; W: 222,76 g; W tym cukry: 89,12 g; Bł.: 21,35 g; Sól: 2,66 g	E: 2194,12 kcal; B: 85,56 g; T: 63,93 g; Kw. tł. nasy.: 16,56 g; W: 330,40 g; W tym cukry: 86,59 g; Bł.: 25,95 g; Sól: 5,30 g	E: 2174,66 kcal; B: 89,03 g; T: 61,09 g; Kw. tł. nasy.: 16,55 g; W: 330,03 g; W tym cukry: 88,11 g; Bł.: 28,99 g; Sól: 5,82 g	E: 2363,95 kcal; B: 98,74 g; T: 70,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,64 g; W: 343,96 g; W tym cukry: 98,35 g; Bł.: 25,50 g; Sól: 6,38 g	E: 2344,49 kcal; B: 102,20 g; T: 67,79 g; Kw. tł. nasy.: 20,54 g; W: 343,59 g; W tym cukry: 99,87 g; Bł.: 28,54 g; Sól: 6,30 g	E: 2363,95 kcal; B: 98,74 g; T: 70,63 g; Kw. tł. nasy.: 20,64 g; W: 343,96 g; W tym cukry: 98,35 g; Bł.: 25,50 g; Sól: 6,38 g	E: 2352,49 kcal; B: 102,30 g; T: 67,79 g; Kw. tł. nasy.: 20,54 g; W: 345,59 g; W tym cukry: 99,87 g; Bł.: 28,64 g; Sól: 6,30 g	E: 2334,26 kcal; B: 99,86 g; T: 60,26 g; Kw. tł. nasy.: 18,04 g; W: 360,02 g; W tym cukry: 92,62 g; Bł.: 24,95 g; Sól: 6,78 g	

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 (<u>GLU PSZ.</u>) Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 66 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona, w osłonce niejadanej 30 g Miod (25g) 1 szt Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Kasza jaglana na wywarze jęczymowym 400 ml (<u>SEL.</u>) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g Mleczka o zaw. 80% 15 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiowa grubo rozdrobniona, parzona w osłonce niejadanej 60 g Pomidor biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	
2023-12-16 sobota									
Kolacja									
Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (chleb razowy 76g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 30g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u>)	Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Mus owocowo-warzwywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z serkiem śmietanowym i sałatką (bulka pszenna 32g, margaryna 5g, serrek śmietanowy 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
E: 2314,80 kcal; B: 103,32 g; T: 57,42 g; tł. nasy.: 17,93 g; W: 359,65 g; W tym cukry: 94,14 g; Bt.: 28,00 g; Sol: 6,70 g.	E: 2345,95 kcal; B: 90,62 g; T: 67,85 g; Kw. tł. nasy.: 19,02 g; W: 355,05 g; W tym cukry: 90,23 g; Bt.: 29,10 g; Sol: 7,77 g.	E: 2326,49 kcal; B: 94,09 g; T: 65,01 g; Kw. tł. nasy.: 18,91 g; W: 354,68 g; W tym cukry: 91,75 g; Bt.: 32,14 g; Sol: 7,68 g.	E: 2520,11 kcal; B: 103,08 g; T: 77,50 g; Kw. tł. nasy.: 27,75 g; W: 368,11 g; W tym cukry: 62,47 g; Bt.: 36,66 g; Sol: 10,90 g.	E: 2500,65 kcal; B: 106,54 g; T: 74,67 g; Kw. tł. nasy.: 27,64 g; W: 367,74 g; W tym cukry: 63,99 g; Bt.: 39,71 g; Sol: 10,82 g.	E: 1454,07 kcal; B: 55,81 g; T: 33,99 g; Kw. tł. nasy.: 4,62 g; W: 241,61 g; W tym cukry: 38,91 g; Bt.: 25,87 g; Sol: 5,30 g.	E: 2708,61 kcal; B: 108,51 g; T: 83,64 g; Kw. tł. nasy.: 29,54 g; W: 393,20 g; W tym cukry: 102,29 g; Bt.: 26,01 g; Sol: 7,75 g.	E: 2637,84 kcal; B: 109,57 g; T: 83,19 g; Kw. tł. nasy.: 27,17 g; W: 376,73 g; W tym cukry: 103,43 g; Bt.: 28,59 g; Sol: 7,48 g.	E: 2056,67 kcal; B: 38,40 g; T: 49,70 g; Kw. tł. nasy.: 10,53 g; W: 370,11 g; W tym cukry: 50,33 g; Bt.: 26,79 g; Sol: 5,06 g.	E: 2345,07 kcal; B: 80,16 g; T: 70,96 g; Kw. tł. nasy.: 15,49 g; W: 360,98 g; W tym cukry: 60,40 g; Bt.: 30,53 g; Sol: 9,23 g.

2023-12-16 sobota								
<p>OM- XV Bezmieczna Zestaw II</p> <p>Platki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL, GLU, OW, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna bez miedzi o zaw. 80% tł 15 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Dzieci 1-3 lat</p> <p>Kasza manna na mleku ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 32 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 30 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 40 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Papkowiak/Przecerana</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 100 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g Cukinia pieczona z olejem () 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Wegetariańska</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW.</u>) Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Bezglutenowa</p> <p>Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 400 ml (<u>SEL.</u>) Chleb bezglutenowy 96 g Margaryna roślinna bez miedzi o zaw. 80% tł 15 g Szynka zielonogórska-wp. parzona 60 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw I</p> <p>Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>OM- Poloznicza Zestaw II</p> <p>Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU, OW, OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ZYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka zielonogórska-wp. parzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem () 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ.</u>) Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I</p> <p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bulka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II</p> <p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bulka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>Obiad</p> <p>Selerowa z ziemniakami (bez mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Bulka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka) 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 200 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 50 g (<u>GLU, PSZ, JAU.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 90 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 50 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Pulpet jarski () 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) () 400 ml (<u>SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (<u>JAU.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka) 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowane () 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bulka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Szpinakowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca pieczony mielony 100 g (<u>GLU, PSZ, JAU.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>	<p>Selerowa z ziemniakami () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Bulka z udźca z kurczaka duszona 90 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos pietruszkowy* 50 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko 150 g (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Buraczki oproszane () 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Katalifor gotowany z olejem* 100 g Kompot z aronii i czarnej porzeczki* b/c 300 ml</p>
<p>PD</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym zlc 150 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>	<p>Kisiel o smaku cytrynowym b/c 300 ml</p>

OM- XV Bezmleczna Zestaw II	OM- Dzieci 1-3 lat	OM- Pankowat/ Przezierny	OM- Płynna	OM- Vegetarianska	OM- Bezglutenowa	OM- Półornicza Zestaw I	OM- Półornicza Zestaw II	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw I	OM- Kobieta Karmiąca Zestaw II
Chleb mieszany pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (SOJ,SEL.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadanej 30 g (SOJ,SEL.) Pomidor biskorki 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 76 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ,SEL.) Pomidor biskorki 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 32 g (GLU,PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadanej 50 g (SOJ,SEL.) Pomidor biskorki 100 g Kasza jaglana na wywarze jęczmiovym 400 ml (SEL.) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 96 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pasztet sojowy z pomidorami 80 g (SOJ,GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 116 g Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g Szyntka z pierśnią indyczą- wędliną drobiową grubo rozdrobnioną, parzona, w osłonce niejadanej 60 g (SOJ,SEL.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb z rozmarynu 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml	Chleb razowy pszenno-żytni 116 g (GLU,PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 10 g (MLE.) Pomidor biskorki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
2023-12-16 sobota									
PN					Mus owocowo-warzywny 100g -produkt pasteryzowany 1 szt				
Kanaпка z szynką i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU,PSZ, SOJ.)									
E: 2325,68 kcal; B: 83,71 g; T: 68,12 g; Kw. tł. nasy.: 15,39 g; W: 360,54 g; W tym cukry: 61,78 g; Bt.: 33,61 g; Soli: 9,34 g.	E: 1376,58 kcal; B: 47,46 g; T: 34,50 g; Kw. tł. nasy.: 9,96 g; W: 224,64 g; W tym cukry: 93,96 g; Bt.: 15,40 g; Soli: 3,24 g.	E: 2113,71 kcal; B: 82,27 g; T: 62,51 g; Kw. tł. nasy.: 15,39 g; W: 316,64 g; W tym cukry: 78,28 g; Bt.: 25,32 g; Soli: 5,84 g.	E: 2095,99 kcal; B: 81,79 g; T: 62,71 g; Kw. tł. nasy.: 15,45 g; W: 312,77 g; W tym cukry: 79,01 g; Bt.: 26,46 g; Soli: 5,47 g.	E: 2897,29 kcal; B: 98,04 g; T: 97,09 g; Kw. tł. nasy.: 31,00 g; W: 425,73 g; W tym cukry: 105,66 g; Bt.: 44,93 g; Soli: 9,56 g.	E: 2120,32 kcal; B: 67,81 g; T: 67,59 g; Kw. tł. nasy.: 14,11 g; W: 317,01 g; W tym cukry: 60,68 g; Bt.: 20,99 g; Soli: 5,05 g.	E: 2634,71 kcal; B: 96,99 g; T: 70,31 g; Kw. tł. nasy.: 20,40 g; W: 416,11 g; W tym cukry: 125,87 g; Bt.: 30,25 g; Soli: 8,27 g.	E: 2615,25 kcal; B: 100,46 g; T: 67,47 g; Kw. tł. nasy.: 20,29 g; W: 415,74 g; W tym cukry: 127,39 g; Bt.: 33,29 g; Soli: 8,18 g.	E: 2634,71 kcal; B: 96,99 g; T: 70,31 g; Kw. tł. nasy.: 20,40 g; W: 416,11 g; W tym cukry: 125,87 g; Bt.: 30,25 g; Soli: 8,27 g.	E: 2582,75 kcal; B: 102,31 g; T: 66,02 g; Kw. tł. nasy.: 19,48 g; W: 408,79 g; W tym cukry: 125,44 g; Bt.: 32,84 g; Soli: 8,31 g.

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

Oznaczenia wskaźników odz.:

- E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
- B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
- T - Tłuszcz,
- W - Węglowodany ogółem,
- Sól - Sól,
- K - Potas,
- Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
- Bł. - Błonnik pokarmowy,
- Ener. z B - % energii z białka,
- Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- Ener. z W - % energii z węglowodanów,
- Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
- W tym cukry - w tym cukry,
- WW - w tym WW,

MARKET CARTRIDGE Sp. z o.o.
ul. Tadeusza 126 k. 1, 01-913 01 Łódź
NIP 637239859 / REGON 1443712430
KRS 000041008

