

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-11 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko w sosie śmietanowo-majonezowym KL M 50 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 30 g Kawa zbożowa z mlekkiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por Kawa zbożowa z mlekkiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 30 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por Kawa zbożowa z mlekkiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt		
	II ŚN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 8 g		
	Obiad	Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 300 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi b/c () 150 g ( <u>MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Brokułowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g ( <u>SEL.</u> )	
	PD	Kasza manna z musem z jabłek 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )					
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby tuńczyka i cebuli 100 g ( <u>RYB.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 8 g Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pasta z ryby tuńczyka i cebuli 100 g ( <u>RYB.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Salata zielona 8 g Herbata czarna eksresowa z cytryną z/c 200 ml		
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 30 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g		
	E: 2238.15 kcal; B: 81.87 g; T: 74.97 g; W: 323.17 g;	E: 2214.18 kcal; B: 89.42 g; T: 72.28 g; W: 309.04 g;	E: 2464.03 kcal; B: 106.91 g; T: 86.70 g; W: 333.81 g;	E: 2594.32 kcal; B: 101.73 g; T: 83.55 g; W: 367.14 g;	E: 125.97 kcal; B: 3.24 g; T: 5.21 g; W: 21.65 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-12 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Maszłeto drobiowy z kurzej półki 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w oslonce niejadalnej 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Budyń o smaku waniliowym z/c 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bitka z szynki wieprzowej 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Dyńia duszona z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml	Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g
		PD	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )		Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Galaretki drobiowa z udzka kurczaka () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Galaretki drobiowa z udzka kurczaka () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Galaretki drobiowa z udzka kurczaka () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Galaretki drobiowa z udzka kurczaka () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	
		PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g	
	E: 2419.15 kcal; B: 98.48 g; T: 88.47 g; W: 315.12 g;	E: 2342.10 kcal; B: 101.30 g; T: 79.36 g; W: 305.64 g;	E: 2456.72 kcal; B: 110.89 g; T: 85.03 g; W: 319.38 g;	E: 2908.42 kcal; B: 117.38 g; T: 88.45 g; W: 413.00 g;	E: 62.60 kcal; B: 4.50 g; T: 1.29 g; W: 5.94 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-13 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa biała z indyka-drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w osłonce jadalnej wieprzowej 80 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mandarynka 1 szt Miód (25g) 1 szt Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Mandarynka 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g		
	Obiad	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kotlet mielony drobiowy 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot z aronii* z/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem b/c () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot z aronii* b/c 200 ml	Grysikowa () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Zrazik drobiowy z indyka gotowany mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Cwikła z chrzanem () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot z aronii* z/c 200 ml	Surówka z marchwi () 150 g ( <u>MLE.</u> )
	PD	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g	Koktajl wieloowocowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Wafle ryżowe 30 g		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Fasolka po bretońsku 200 g ( <u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Pomidor b/skórki 30 g Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Pomidor b/skórki 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Pomidor b/skórki 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Pomidor b/skórki 30 g	
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 30 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 30 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g			
	E: 2953.54 kcal; B: 110.30 g; T: 107.92 g; W: 398.16 g;	E: 2335.38 kcal; B: 102.83 g; T: 63.31 g; W: 343.91 g;	E: 2516.59 kcal; B: 112.77 g; T: 95.11 g; W: 319.49 g;	E: 2746.22 kcal; B: 117.14 g; T: 81.20 g; W: 393.28 g;	E: 90.27 kcal; B: 2.13 g; T: 1.74 g; W: 20.24 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-14 czwartek	Śniadanie	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidorowy twaróg z koperkiem 100g ( <u>MLE</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30g Pomidor b/skórki 30g Kakao z mlekiem b/c 200ml ( <u>MLE</u> ) Dżem 25g 1 szt	Chleb pszenny 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidorowy twaróg z koperkiem 100g ( <u>MLE</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30g Pomidor b/skórki 30g Mleko 200ml ( <u>MLE</u> ) Dżem 25g 1 szt	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidorowy twaróg z koperkiem 100g ( <u>MLE</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30g Pomidor b/skórki 30g Kakao z mlekiem b/c 200ml ( <u>MLE</u> )	Chleb pszenny 50g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Pomidorowy twaróg z koperkiem 100g ( <u>MLE</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony,parzony 30g Pomidor b/skórki 30g Mleko 200ml ( <u>MLE</u> ) Dżem 25g 1 szt	
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200ml Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Jogurt naturalny 150g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200ml Podplomyki b/c 20g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Jogurt naturalny 150g ( <u>MLE</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 300ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Leczo z cukini z kielbasą 300g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Ryż na sypko 200g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200ml Surówka z kapusty białej z olejem () 150g	Ziemniaczana () 300ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200ml	Barszcz biały z ziemniakami () 300ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200ml	Ziemniaczana () 300ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 350g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200ml	Surówka z selera i marchwi () 150g ( <u>MLE, SEL</u> )
	PD	Herbatniki 30g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Suchary b/c 30g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Herbatniki 30g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z owocami 100g ( <u>MLE</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100g ( <u>MLE, SEL</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30g Salatka jarzynowa 100g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200ml Powidła śliwkowe 25g	Chleb pszenny 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30g Serek homo z owocami 100g ( <u>MLE</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100g ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30g Serek homo. naturalny 100g ( <u>MLE</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100g ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata miętowa ekspresowa b/c 200ml	Chleb pszenny 100g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20g ( <u>MLE</u> ) Serek homo z owocami 100g ( <u>MLE</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30g Salatka jarzynowa - dieta () 100g ( <u>MLE, SEL</u> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200ml	
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200ml Chleb żytnio-pszenno-żytni 30g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30g Pasta z brokula * 30g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200ml Chleb pszenny 30g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Połudwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30g Pasta z brokula * 30g	
	E: 2546.31 kcal; B: 89.35 g; T: 98.46 g; W: 340.06 g;	E: 2437.73 kcal; B: 104.63 g; T: 85.15 g; W: 319.93 g;	E: 2719.52 kcal; B: 125.77 g; T: 92.93 g; W: 360.50 g;	E: 2912.27 kcal; B: 123.20 g; T: 96.92 g; W: 394.24 g;	E: 93.42 kcal; B: 3.29 g; T: 2.04 g; W: 20.09 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych		
2023-12-15 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Pomarańcza 250g 1 szt Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Pasta z marchewki gotowanej ( ) 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Chleb, razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Pomarańcza 250g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka na kartki- wieprzowa, wędzona, parzona 30 g Pasta z marchewki gotowanej ( ) 30 g Miód (25g) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml		
		II ŚN		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 200 ml Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE.</u> )		
		Obiad	Dyniowa z makaronem ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos śmietanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Dyniowa z makaronem ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml Sos śmietanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Dyniowa z makaronem ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Woda z cytryną 200 ml Sos śmietanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Dyniowa z makaronem ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet rybny (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Woda z cytryną 200 ml Sos śmietanowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Surówka wielowarzywna z olejem 150 g ( <u>SEL.</u> )
			PD	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	
Kolacja	Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Szpinak baby 20 g Powidła śliwkowe 25 g	Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szpinak baby 20 g	Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 50 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Szpinak baby 20 g	Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Szpinak baby 20 g			
	PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb, razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 30 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt			
	E: 2802.79 kcal; B: 109.57 g; T: 99.78 g; W: 379.38 g;	E: 2461.55 kcal; B: 107.95 g; T: 80.55 g; W: 329.63 g;	E: 2575.39 kcal; B: 110.79 g; T: 99.64 g; W: 324.57 g;	E: 2882.63 kcal; B: 121.19 g; T: 89.80 g; W: 402.20 g;	E: 102.03 kcal; B: 2.57 g; T: 4.88 g; W: 13.98 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-16 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzepa biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 8 g		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Salatka szwedzka () 75 g ( <u>GOR.</u> ) Buraczki gotowane () 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 75 g Buraczki gotowane () 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Salatka szwedzka () 75 g ( <u>GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 200 ml Buraczki gotowane () 75 g	Selerowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ.</u> ) Salatka szwedzka () 75 g ( <u>GOR.</u> ) Buraczki gotowane () 75 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	
	PD	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLUPSZ, MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Połędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salatka z pomidorów i koperku 30 g		
	E: 2687.59 kcal; B: 108.63 g; T: 98.22 g; W: 354.93 g;	E: 2360.52 kcal; B: 101.07 g; T: 75.31 g; W: 328.16 g;	E: 2592.67 kcal; B: 122.22 g; T: 93.35 g; W: 333.98 g;	E: 2736.51 kcal; B: 117.24 g; T: 89.18 g; W: 373.72 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-17 niedziela	Śniadanie	Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Bawarka b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB. SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g ( <u>MLE.</u> ) Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka Coleslaw () 75 g ( <u>JAJ. MLE. GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Brokuł gotowany* 75 g Dyńia duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka Coleslaw b/c () 75 g ( <u>JAJ. MLE. GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> ) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Dyńia duszona z olejem* 75 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 75 g Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Banan 1/2 szt. 1 Por jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Płatki owsiane 10 g ( <u>GLU OW.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Banan 1/2 szt. 1 Por jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Powidla śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Sałata zielona 8 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g	
	E: 2567.55 kcal; B: 126.91 g; T: 104.04 g; W: 291.04 g;	E: 2374.41 kcal; B: 124.21 g; T: 87.78 g; W: 277.31 g;	E: 2498.19 kcal; B: 138.09 g; T: 101.03 g; W: 274.31 g;	E: 2720.22 kcal; B: 139.45 g; T: 99.61 g; W: 321.47 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-18 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 30 g Kawa zbożowa b/c 200 ml ( <u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 250 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Surówka z marchwi i selera () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sytko 200 g Mus z jablek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ryż na sytko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i selera b/c () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sytko 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i selera () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Surówka z selera naciowego i jabłka () 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> )
		PD	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml Powidla śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Schab na kartki- wieprzowy, wędzony, parzony 30 g Pomidor b/skórki 30 g Herbata czarna ekspresowa z/c 200 ml	
		PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak baby 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Szpinak baby 20 g	
	E: 2557.92 kcal; B: 74.76 g; T: 95.71 g; W: 361.44 g;	E: 2165.08 kcal; B: 76.89 g; T: 60.21 g; W: 331.22 g;	E: 2580.73 kcal; B: 117.99 g; T: 89.53 g; W: 339.14 g;	E: 2790.24 kcal; B: 119.97 g; T: 82.61 g; W: 397.94 g;	E: 81.05 kcal; B: 2.07 g; T: 3.23 g; W: 12.23 g;	



	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-19 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser topiony trójkat 17,5 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Owsianka z jabkami b/c 200 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Owsianka z jabkami 200 g ( <u>MLE, GLU OW.</u> )		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką (-)podstawa 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Jarzynowa z zacierką dieta () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )		Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko w sosie chrzanowym kl M 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u> ) Rzodkiew biała 30 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por	
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 30 g	
	E: 2595.00 kcal; B: 85.92 g; T: 96.11 g; W: 354.39 g;	E: 2290.10 kcal; B: 95.62 g; T: 70.19 g; W: 323.74 g;	E: 2511.09 kcal; B: 106.60 g; T: 83.18 g; W: 318.35 g;	E: 2721.41 kcal; B: 109.55 g; T: 79.60 g; W: 398.23 g;	E: 82.53 kcal; B: 1.77 g; T: 6.30 g; W: 5.28 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-20 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Słupki z marchewki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Słupki z marchewki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 8 g		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL, GOR.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu () 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Fasolka szparagowa z wody* 150 g
	PD	Biszkopty 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Biszkopty 30 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Cykoria 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Ogórek kiszony 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g Pomidor 30 g		
	E: 2528.61 kcal; B: 112.66 g; T: 83.65 g; W: 353.11 g;	E: 2426.88 kcal; B: 112.48 g; T: 84.18 g; W: 317.34 g;	E: 2642.06 kcal; B: 128.06 g; T: 91.39 g; W: 344.62 g;	E: 2810.91 kcal; B: 128.59 g; T: 92.65 g; W: 380.63 g;	E: 54.45 kcal; B: 3.63 g; T: 0.33 g; W: 11.22 g;	

<nazwa jednostki>

<ulica>, <kod>

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

### **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,