

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2023-12-31 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Jajko w majonezie kl M 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	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> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 50 g ( <u>SOJ.</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 Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Puree z dyni* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	
	PD	Ciastka różne 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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> )	Ciastka różne 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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 żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Mandarynka 1 szt Herbata ekspresowa owocowa 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> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Salata zielona 8 g Herbata ekspresowa owocowa 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> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 8 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Pierś delikatna z kunej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Salata zielona 8 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
	PN			Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 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> ) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa 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> ) Salata zielona 8 g	
	E: 3062.50 kcal; B: 145.02 g; T: 139.63 g; W: 318.69 g;	E: 2627.14 kcal; B: 137.13 g; T: 106.90 g; W: 281.53 g;	E: 3005.02 kcal; B: 168.74 g; T: 132.15 g; W: 301.42 g;	E: 3187.32 kcal; B: 170.07 g; T: 119.96 g; W: 364.21 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-01 poniedziałek	Śniadanie	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem 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> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</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> ) Salatka jarzynowa z jajkiem- diety () 50 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Szpinak baby 20 g		
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony duszony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i marchwi () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Woda z miętą 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Woda z miętą 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 100 g ( <u>SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Woda z miętą 200 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zrazik wołowy mielony 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos ziołowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Surówka z selera i marchwi () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Woda z miętą 200 ml	
	PD	Galaretką o smaku pomarańczowym z owocami 150 g	Galaretką o smaku pomarańczowym z jabłkami 150 g	Galaretką o smaku pomarańczowym z jabłkami b/c 150 g	Galaretką o smaku pomarańczowym z jabłkami 150 g	
	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> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor b/skórki 30 g Bawarka z/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> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor b/skórki 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka z/c 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Mix salat 8 g		
	E: 2272.38 kcal; B: 80.87 g; T: 77.84 g; W: 323.72 g;	E: 2319.75 kcal; B: 97.29 g; T: 79.42 g; W: 308.56 g;	E: 2480.48 kcal; B: 125.40 g; T: 94.52 g; W: 299.43 g;	E: 2780.00 kcal; B: 122.44 g; T: 93.91 g; W: 367.27 g;		

		BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych
2024-01-02 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Kiełbasa biała z indyka-drobiowa średnio rozdrobniona, parzona w ostrości jadalnej wieprzowej 80 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Rzodkiew biała 30 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g 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> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Rzodkiew biała 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g	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> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g	
	II ŚN			Bawarka b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g ( <u>MLE.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałatka owocowa (banan, kiwi, winogr, pomar, brzos, ananas) 150 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Zapiekanka z ryżu i jabłka () 350 g ( <u>MLE.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por Woda z cytryną 200 ml	Grochowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Ryż na sypko 200 g Woda z cytryną 200 ml	Solferino () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kalań gotowany* 150 g Ryż na sypko 200 g Woda z cytryną 200 ml	Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ, GOR.</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 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	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 makreli wędzonej z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 makreli wędzonej z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem 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> ) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Serek wiejski ziarnisty 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> )	
	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> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g 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 z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor b/skórki 30 g	
		E: 2883.99 kcal; B: 110.72 g; T: 96.00 g; W: 406.97 g;	E: 2430.36 kcal; B: 98.21 g; T: 71.41 g; W: 352.62 g;	E: 2766.89 kcal; B: 134.56 g; T: 102.11 g; W: 340.37 g;	E: 2757.90 kcal; B: 139.30 g; T: 82.10 g; W: 369.70 g;	E: 169.35 kcal; B: 2.96 g; T: 13.11 g; W: 11.99 g;

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych			
2024-01-03 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> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Banan 1szt. 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) 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> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pasta z warzyw gotowanych z jajkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Banan 1szt. 1 szt Miód (25g) 1 szt			
		Obiad	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Rzepa biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Mix salat 8 g		
			Piecarkowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Eskalopka z kurczaka 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Salatka szwedzka () 150 g ( <u>GOR.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Szpinak gotowany z olejem* 150 g ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Piecarkowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Salatka szwedzka () 150 g ( <u>GOR.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Koperkowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 120 g Salatka szwedzka () 150 g ( <u>GOR.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z pomarańczą 200 ml	Surówka z marchwi i pora z olejem () 150 g	
			PD	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki kukurydziane 10 g	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Musli 10 g ( <u>GLUPSZ, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: OZI, SOJ, MLE, ORZ.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki kukurydziane 10 g		
			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> ) Ogórek kiszony 30 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasztecik drobiowy z kurnej półki 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL.</u> ) 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> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z brokula* 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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ogórek kiszony 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> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z brokula* 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
				PN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 8 g	
E: 2148.73 kcal; B: 82.84 g; T: 76.14 g; W: 292.38 g;	E: 2191.62 kcal; B: 100.62 g; T: 61.61 g; W: 314.46 g;				E: 2099.41 kcal; B: 114.33 g; T: 69.37 g; W: 268.41 g;	E: 2520.55 kcal; B: 128.34 g; T: 67.04 g; W: 355.54 g;	E: 148.91 kcal; B: 2.22 g; T: 7.92 g; W: 20.79 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-04 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Dżem 25 g 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> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Roszponka 10 g 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> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> ) Roszponka 10 g Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 30 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Mix салат 8 g		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u> ) Fasolka szparagowa z bulgą tartą i z olejem * 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos mięsno warzywny ( ) (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Surówka wielowarzywna z olejem 150 g ( <u>SEL.</u> )
	PD	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	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 ciecierzycy z warzywami ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Frankfurterki 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 30 g Kakao z mlekiem 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Powidła śliwkowe 25 g Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 30 g Salata 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 ciecierzycy z warzywami ( ) 50 g ( <u>SEL.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 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> ) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 50 g Salata 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> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g		
	E: 2880.45 kcal; B: 102.13 g; T: 124.97 g; W: 349.21 g;	E: 2444.10 kcal; B: 99.27 g; T: 84.63 g; W: 330.07 g;	E: 2698.93 kcal; B: 111.39 g; T: 105.69 g; W: 341.15 g;	E: 2885.49 kcal; B: 125.65 g; T: 100.61 g; W: 377.76 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		
2024-01-05 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW, _</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT, _</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLU, PSZ, _</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> ) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Miód (25g) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW, _</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU, PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ, _</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Miód (25g) 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> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE, _</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ, _</u> ) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW, _</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU, PSZ, _</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> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Miód (25g) 1 szt		
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ, _</u> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Serek homo owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
		Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <u>RYB, _</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <u>RYB, _</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE, _</u> ) Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <u>RYB, _</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Kalafiorowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL, _</u> ) Ryba pieczona (Dorsz) 120 g ( <u>RYB, _</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE, _</u> ) Ziemniaki puree z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g ( <u>SEL, _</u> )
		PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU, PSZ, MLE, _</u> )		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU, PSZ, MLE, _</u> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem z/c 150 ml Podplomyki b/c 20 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 jaj z cebulą i koperkiem 50 g ( <u>JAJ, GOR, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Mix салат 8 g Herbata ekspresowa owocowa 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Mix салат 8 g Herbata ekspresowa owocowa 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g Mix салат 8 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU, PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g Mix салат 8 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
PN			Herbata miętowa ekspresowa 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> ) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU, PSZ, _</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE, _</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g Pomidor b/skórki 30 g			
	E: 2356.03 kcal; B: 100.93 g; T: 77.62 g; W: 323.05 g;	E: 2253.75 kcal; B: 102.13 g; T: 67.50 g; W: 313.64 g;	E: 2325.56 kcal; B: 117.12 g; T: 87.72 g; W: 279.29 g;	E: 2919.14 kcal; B: 138.13 g; T: 86.67 g; W: 401.02 g;	E: 144.72 kcal; B: 2.91 g; T: 8.06 g; W: 19.92 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych					
2024-01-06 sobota	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> ) Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</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> ) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 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 Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</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 Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Cykorcia 20 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Cykorcia 20 g					
			Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz z udźca indyka 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz z udźca indyka 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz z udźca indyka 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz z udźca indyka 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml			
				PD	Budyń o smaku czekoladowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku waniliowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku waniliowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <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> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Serek Fromage 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 8 g Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 8 g	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> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Twarożek z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 8 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Twarożek z ziołami 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Sałata zielona 8 g	
						PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Papryka świeża 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Rukola 8 g	
	E: 2567.93 kcal; B: 97.90 g; T: 105.99 g; W: 314.84 g;						E: 2295.18 kcal; B: 106.81 g; T: 73.82 g; W: 308.12 g;	E: 2438.66 kcal; B: 119.86 g; T: 87.75 g; W: 308.65 g;	E: 2785.40 kcal; B: 137.93 g; T: 91.54 g; W: 359.00 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-07 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 1 szt Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 8 g Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) 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> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mandarynka 1 szt Bawarka b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 8 g Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Miód (25g) 1 szt	
		II ŚN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb,razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Papryka świeża 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 250 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Poledwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Kalafor gotowany* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty czerwonej i jabłka z jogurtem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Schab gotowany 100 g Kalafor gotowany* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Płatki owsiane 10 g ( <u>GLU OW.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE, S02.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidla śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g	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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 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> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Rzodkiew 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> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g		
	E: 2603.03 kcal; B: 115.03 g; T: 83.87 g; W: 355.50 g;	E: 2309.50 kcal; B: 125.44 g; T: 69.82 g; W: 297.98 g;	E: 2426.74 kcal; B: 139.51 g; T: 84.29 g; W: 294.19 g;	E: 2926.68 kcal; B: 153.14 g; T: 82.83 g; W: 396.46 g;		



	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-08 poniedziałek	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> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Cykoria 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Cykoria 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Miód (25g) 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> ) Serek homo z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Cykoria 20 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> ) Serek homo z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Schab klasyczny wp.z dodatkiem wody,wędzony, parzony 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Cykoria 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta z szynką () 50 g ( <u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem () 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 200 ml	Salata zielona z kefirem 60 g ( <u>MLE.</u> )
	PD	Kasza manna z musem z jabłek 200 g ( <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> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną 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> ) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z ryby tuńczyka i cebuli 100 g ( <u>RYB.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Połędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml		
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Twarożek z ziołami 30 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g			
	E: 2245.80 kcal; B: 79.11 g; T: 71.87 g; W: 335.80 g;	E: 2175.30 kcal; B: 88.60 g; T: 69.89 g; W: 304.64 g;	E: 2439.37 kcal; B: 106.32 g; T: 83.86 g; W: 332.98 g;	E: 2555.44 kcal; B: 100.91 g; T: 81.16 g; W: 362.74 g;	E: 18.80 kcal; B: 1.43 g; T: 0.51 g; W: 2.54 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-09 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> ) Maszki drożdżowe z kurzej pólki 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> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por 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-pszenno-żytni 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 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> ) Szynka od szwagra-szynka wieprzowa z okrywą tłuszczową, wędzona, parzona 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Banan 1/2 szt. 1 Por 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> ) Jabłko pieczone 1 szt. 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	Marchewkowa z ziemniakami () 300 g ( <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> ) Dynamus duszony 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	Marchewkowa z ziemniakami () 300 g ( <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> ) Dynamus duszony 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 z/c 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 z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> )	
	Kolejca	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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 udźca kurczaka () 100 g ( <u>SEL, _</u> ) Papryka świeża 30 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <u>SEL, _</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 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> ) Galaretki drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <u>SEL, _</u> ) Papryka świeża 30 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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ, _</u> ) Galaretki drobiowa z udźca 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-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	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: 2428.80 kcal; B: 98.79 g; T: 88.63 g; W: 317.15 g;	E: 2461.56 kcal; B: 101.94 g; T: 86.66 g; W: 319.67 g;	E: 2533.43 kcal; B: 112.45 g; T: 92.49 g; W: 320.79 g;	E: 2908.89 kcal; B: 116.61 g; T: 95.76 g; W: 398.18 g;	E: 62.60 kcal; B: 4.50 g; T: 1.29 g; W: 5.94 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,