

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-20 sobota	Śniadanie	Chleb pszenny 40 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 Ketchup 20 g ( <u>SEL</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt	Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE</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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> ) Miód (25g) 1 szt	
	II SN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Potrawka z indyka 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy* z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Potrawka z indyka 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy* z/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Potrawka z indyka 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE</u> ) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy* b/c 200 ml	Koperkowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Potrawka z indyka 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy* z/c 200 ml	
	PD	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> ) Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</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> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR</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> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 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> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 8 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -dieta () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Twaróg półtłusty 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 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> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Szpinak baby 20 g	Chleb pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Szpinak baby 20 g Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml		
	E: 2871.31 kcal; B: 114.72 g; T: 110.76 g; W: 371.31 g;	E: 2485.19 kcal; B: 106.10 g; T: 83.32 g; W: 339.43 g;	E: 2601.72 kcal; B: 110.59 g; T: 88.07 g; W: 354.76 g;	E: 2839.25 kcal; B: 118.08 g; T: 92.07 g; W: 396.62 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-21 niedziela	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 ziarnisty naturalny 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 Bawarka z/c 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 ziarnisty naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g 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> ) Serek ziarnisty naturalny 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 Bawarka b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 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> ) Twarożek 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 30 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 8 g		
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Talarki marchwi gotowanej z olejem 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem () 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinaż gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	Pomidorowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Talarki marchwi gotowanej z olejem 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Mandarynka 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Banan 1/2 szt. 1 Por Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Mandarynka 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Banan 1/2 szt. 1 Por Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kakao z mlekiem 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g Powidla śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) 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>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Cykorcia 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> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Cykorcia 20 g		
	E: 2328.20 kcal; B: 99.00 g; T: 82.74 g; W: 308.66 g;	E: 2143.76 kcal; B: 109.60 g; T: 68.41 g; W: 279.11 g;	E: 2354.43 kcal; B: 125.64 g; T: 78.65 g; W: 301.79 g;	E: 2665.07 kcal; B: 133.22 g; T: 80.68 g; W: 360.29 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-22, poniedziałek	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> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Plastry buraka gotowanego 30 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>GLU PSZ</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> ) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Plastry buraka gotowanego 30 g 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 naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Plastry buraka gotowanego 30 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> ) Serek naturalny Bieluch 100 g ( <u>MLE</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Plastry buraka gotowanego 30 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> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Cykoria 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> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w ostonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Cykoria 20 g		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kalafior gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Fasolowa z ziemniakami () 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 150 g Kompot z czarnej porzeczki* b/c 200 ml	Dyniowa z ziemniakami*() 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 250 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kalafior gotowany* 150 g Kompot z czarnej porzeczki* z/c 200 ml	Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 150 g
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ) Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> )	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u> ) Mleko 200 ml ( <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> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała 30 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa 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> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Rzodkiew biała 30 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> ) Pyzdra schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml	
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Roszponka 10 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>może zawierać: MLE, GOR</u> ) Roszponka 10 g			
	E: 2453.02 kcal; B: 82.97 g; T: 88.89 g; W: 342.29 g;	E: 2243.79 kcal; B: 91.09 g; T: 75.06 g; W: 304.75 g;	E: 2372.77 kcal; B: 102.18 g; T: 85.72 g; W: 315.43 g;	E: 2575.06 kcal; B: 105.18 g; T: 85.94 g; W: 345.77 g;	E: 108.42 kcal; B: 1.77 g; T: 3.45 g; W: 20.99 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-23 wtorek	Śniadanie	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix салат 10 g Mleko 200 ml ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix салат 10 g Mleko 200 ml ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt	Chleb,razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <b>MLE</b> )	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <b>MLE</b> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Mix салат 10 g Mleko 200 ml ( <b>MLE</b> ) Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb,razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Rzodkiew biała 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor b/skórki 30 g		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Karczek pieczony 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* b/c 200 ml	Brokułowa z ziemniakami () 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g ( <b>SEL</b> )
	PD	Pomarańcza 1/2 szt. 1 Por Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <b>SEL</b> ) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Powidla śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <b>SEL</b> ) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	Chleb,razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <b>SEL</b> ) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g ( <b>SEL</b> ) Szpinak baby 20 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
	PN			Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb,razowy żytnio-pszenny 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor b/skórki 30 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor b/skórki 30 g	
	E: 2340.22 kcal; B: 98.20 g; T: 82.70 g; W: 312.66 g;	E: 2170.92 kcal; B: 103.72 g; T: 67.95 g; W: 293.71 g;	E: 2430.78 kcal; B: 120.26 g; T: 83.15 g; W: 315.84 g;	E: 2578.14 kcal; B: 121.41 g; T: 82.79 g; W: 344.76 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	
2024-01-24 środa	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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 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>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> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 100 g ( <u>RYB.</u> ) Filet kruchy (produkt drobiowy drobno rozdrobniony w osłonce niejadalnej z białkiem wieprzowym) 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 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 jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Pieczarkowa z makaronem () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c 150 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml	Jarzynowa z makaronem dieta () 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew oprószana z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Woda z pomarańczą 200 ml Sos pietruszkowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Salatka szwedzka () 150 g ( <u>GOR.</u> )
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	
	Kolacja	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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata 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> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata 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> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Twarożek z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 8 g	Herbata miętowa ekspresowa 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 Sałata zielona 8 g			
	E: 2284.26 kcal; B: 96.01 g; T: 67.08 g; W: 334.92 g;	E: 2240.15 kcal; B: 95.82 g; T: 69.20 g; W: 315.30 g;	E: 2294.77 kcal; B: 107.00 g; T: 75.50 g; W: 312.71 g;	E: 2580.51 kcal; B: 108.24 g; T: 78.02 g; W: 369.30 g;	E: 42.98 kcal; B: 1.94 g; T: 0.51 g; W: 8.70 g;	

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-25 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> ) Frankfurterki 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Musztarda 20 g ( <u>GOR.</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak baby 20 g Kakao z mlekiem 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> ) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak baby 20 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szpinak baby 20 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 40 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Szpinak baby 20 g Mleko 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
	II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml Chleb,razowy żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Papryka świeża 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 tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Sałata zielona 8 g		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 250 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Surówka z selera i jabłka ( ) 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 250 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 250 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( ) 150 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *b/c 200 ml	Ziemniaczana ( ) 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 250 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g
	PD	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym b/c 150 g ( <u>MLE.</u> )	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym b/c 150 g ( <u>MLE.</u> )	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym b/c 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> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 30 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 30 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Herbata miętowa 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> ) Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata miętowa ekspresowa b/c 200 ml Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 30 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Szynka ze straganu wp.,z dod. wody,wędzona,parzona 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 30 g ( <u>MLE, SEL.</u> )	
PN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Chleb Graham 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 Ogórek kiszony 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 z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Banan 1/2 szt. 1 Por			
	E: 2485.38 kcal; B: 97.35 g; T: 98.39 g; W: 317.70 g;	E: 2282.28 kcal; B: 95.94 g; T: 87.42 g; W: 284.42 g;	E: 2419.78 kcal; B: 130.61 g; T: 94.42 g; W: 281.95 g;	E: 2788.91 kcal; B: 116.18 g; T: 98.80 g; W: 368.29 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			
2024-01-26 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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> ) Twarożek po grecku 100 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Miód (25g) 1 szt	Kasza manna 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> ) Twaróg z brzoskwinia 100 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> ) Salata zielona 8 g 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> ) Twarożek po grecku 100 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 200 ml	Kasza manna 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> ) Twarożek po grecku 100 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GÓR</u> ) Salata zielona 8 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną z/c 200 ml Miód (25g) 1 szt			
		Obiad	II ŚN		Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> )	Koktajl truskawkowy* 200 ml ( <u>MLE</u> ) Chalka 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )		
			Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ryba smażona (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z zacierką () 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> ) Ryba gotowana (Miruna) 120 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 150 g ( <u>SEL</u> ) Woda z miętą 200 ml	Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g	
			PD	Gruszka 1szt. 150 g Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</u> )	Gruszka 1szt. 150 g Biszkopty b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Biszkopty 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ</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 natką pietruszki i cebulą 50 g ( <u>JAJ, MLE, GÓR</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Ogórek kiszony 30 g Kakao z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE</u> ) Powidła śliwkowe 25 g	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 jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor b/skórki 30 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 jaj z natką pietruszki i cebulą 50 g ( <u>JAJ, MLE, GÓR</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 30 g ( <u>SOJ</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> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Szynka doskonała w smaku wieprzowa wędzona, parzona 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Mleko 200 ml ( <u>MLE</u> )	
				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> ) Serek naturalny Bieluch 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> ) Serek naturalny Bieluch 30 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 8 g	
					E: 2592.92 kcal; B: 104.46 g; T: 93.20 g; W: 351.21 g;	E: 2383.67 kcal; B: 104.50 g; T: 79.21 g; W: 327.74 g;	E: 2420.31 kcal; B: 110.82 g; T: 84.28 g; W: 317.29 g;	E: 2941.76 kcal; B: 135.54 g; T: 98.32 g; W: 393.63 g;

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-27 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-kiełbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 80 g Ketchup 20 g ( <u>SEL.</u> ) Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 30 g Bawarka z/c 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> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Bawarka z/c 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 osłonce niejadalnej 30 g Serek homo, naturalny 100 g ( <u>MLE.</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> ) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Serek homo o smaku wanilinowym 100 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 30 g Bawarka z/c 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 1 szt	
		II ŚN		Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Gruszka 1szt. 150 g	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml Wafle ryżowe 30 g jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Banan 1szt. 1 szt	
	Obiad	Ogórkowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy dieta 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Ogórkowa z ryżem () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c () 100 g ( <u>MLE.</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	Ryżowa () 300 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Gulasz wołowy dieta 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona z jogurtem 60 g ( <u>MLE.</u> ) Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Woda z cytryną 200 ml	
	PD	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Suchary b/c 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Kefir truskawkowy 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> ) Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		
	Kolaça	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> ) 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> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Rzodkiew biała 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Powidła śliwkowe 25 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z brokuła i gotowanego jajka* 100 g ( <u>JAJ.</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> ) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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> ) 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> ) Paszтет z soczewicy () 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</u> ) Rzodkiew biała 30 g	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 50 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pasta z brokuła i gotowanego jajka* 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</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 dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 8 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 drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 8 g		
	E: 2530.05 kcal; B: 103.00 g; T: 97.72 g; W: 323.10 g;	E: 2185.82 kcal; B: 100.33 g; T: 78.61 g; W: 275.89 g;	E: 2580.32 kcal; B: 116.85 g; T: 85.36 g; W: 354.12 g;	E: 2883.89 kcal; B: 133.79 g; T: 92.59 g; W: 386.63 g;		



	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-28 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> ) 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> ) Miód (25g) 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</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> ) 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> ) 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>GLUPSZ.</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> ) Miód (25g) 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>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SEL.</u> ) Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Puree z dyni* 100 g ( <u>GLUPSZ</u> ) Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	Rosół z makaronem () 300 ml ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, SEL.</u> ) Udko pieczone bez skóry 1szt. 210 g Sos koperkowy () 100 ml ( <u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u> ) Puree z dyni* 100 g Brokuł gotowany* 100 g Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kompot z aronii* z/c 200 ml	
		PD	Ciastka różne 30 g ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, JAJ.</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 200 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u> )	Ciastka różne 30 g ( <u>GLUPSZ, 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>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Mandarynka 1 szt 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> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 30 g Roszponka 10 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> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE</u> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 200 ml	Chleb pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> ) Pulpet rybno-warzywny* 100 g ( <u>GLUPSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona w osłonce niejadalnej. 50 g Roszponka 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa z/c 200 ml	
		PN		Herbata miętowa ekspresowa b/c 250 ml Chleb pszenny żytnio-pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 30 g	Herbata miętowa ekspresowa z/c 200 ml Chleb pszenny 30 g ( <u>GLUPSZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 8 g	
	E: 3100.75 kcal; B: 144.97 g; T: 139.50 g; W: 328.07 g;	E: 2665.26 kcal; B: 137.06 g; T: 106.77 g; W: 290.89 g;	E: 3003.00 kcal; B: 168.37 g; T: 132.09 g; W: 301.45 g;	E: 3139.19 kcal; B: 167.64 g; T: 115.94 g; W: 361.58 g;		

	BYD- Ogólna	BYD- Łatwo strawna	BYD- Cukrzycowa/ z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	BYD- Łatwo strawna Bogatobiałkowa	BYD- Dodatek warzywny dla diet specjalistycznych	
2024-01-29 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> ) 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 z/c 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 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>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 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> )	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> )		
	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> ) Surówka z marchwi i pomarańczy z olejem 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> ) Talarki marchwi oprószonej z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 marchwi i pomarańczy 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> ) Talarki marchwi oprószonej z olejem () 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ryż na sypko 200 g Woda z cytryną 200 ml	Surówka żydowska z olejem () 150 g
	PD	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )		Galaretką o smaku cytrynowym z jabłkami b/c 150 g	Kasza manna z jabłkiem prażonym 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> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 30 g Bawarka z/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 z koperkiem 100 g ( <u>MLE.</u> ) Baton szynkowy z kurcząt 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) 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 ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) 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 ( <u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) 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: 2410.57 kcal; B: 74.71 g; T: 80.75 g; W: 360.22 g;	E: 2371.32 kcal; B: 86.06 g; T: 79.61 g; W: 333.40 g;	E: 2511.97 kcal; B: 130.83 g; T: 91.43 g; W: 308.03 g;	E: 2788.49 kcal; B: 127.47 g; T: 96.08 g; W: 358.69 g;	E: 90.09 kcal; B: 1.67 g; T: 6.14 g; W: 8.32 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 JEĆZ - 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,