

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2 0 2 4 - 0 3 - 1 0 n i e d z i e l a	PODSTA WOWA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 30 g Serek topiony 25g (BIA) Sałata zielona Ogórek zielony 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchewka z grozkiem 150g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Mus owocowy 1szt + herbatniki
	WZBOG ACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 30 g Serek topiony 25g (BIA) Sałata zielona Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 130g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchewka z grozkiem 150g (BIA) Kompot 250ml	Budyń czekoladowy 250g (BIA, GLU)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g	Mus owocowy 1szt + herbatniki
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchew gotowana		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g	Mus owocowy 1szt + herbatniki

		<p>Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10g</p>		<p>150g Sos jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>(SOJ) Sałata zielona 10 g</p>	
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) polędwica sopocka 30 g Serek topiony 25 g (BIA) Sałata zielona Ogórek zielony 30g</p>	<p>Gruszka 1 szt.</p>	<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Filet tradycyjny panierowany 150g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z marchewki ze śmietaną 150g (BIA) Kompot b/c 250ml</p>	<p>Kefir 1 szt. (BIA)</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Mus owocowy 1szt + z jabłka b/cukru</p>
		<p>540 kcal B 20,9 g T 31,2 g Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>714.1 kcal B 47.7 g T 15.7 g Wp 88.3 g F 12.8 g - błonnik WW 8.8 (wymiennik węglowodanowy)</p>	<p>91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL) Filet gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA)</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ)</p>	<p>Jabłko 1szt</p>

				<p><i>Marchew gotowana 150g (SEL)</i></p> <p><i>Kompot 250ml</i></p>			
	1500 kcal	<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Baton pszenny 50g (GLU)</i></p> <p><i>Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU)</i></p> <p><i>Masło 10g (BIA)</i></p> <p><i>Polędwica sopocka 50g</i></p> <p><i>Salata 10g</i></p>		<p><i>Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL)</i></p> <p><i>Filet gotowany 100g</i></p> <p><i>Puree ziemniaczane 200g (BIA)</i></p> <p><i>Marchew gotowana 150g</i></p> <p><i>Sos jarzynowy 100g (SEL)</i></p> <p><i>Kompot 250m</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i></p> <p><i>Masło 10g (BIA)</i></p> <p><i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i></p> <p><i>Pomidor 30g</i></p> <p><i>Salata 10g</i></p>	<p><i>Mus owocowy 1szt + herbatniki</i></p>
	WEGETARIAŃSKA	<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Baton pszenny 50g (GLU)</i></p> <p><i>Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU)</i></p> <p><i>Masło 10g (BIA)</i></p> <p><i>Serek topiony 50g (BIA)</i></p> <p><i>Salata zielona</i></p> <p><i>Ogórek zielony 30g</i></p>		<p><i>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL)</i></p> <p><i>Kotlety z jajka 100g (GLU, JAJ)</i></p> <p><i>Ziemniaki 220g</i></p> <p><i>marchewka z groszkiem 150g (BIA)</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i></p> <p><i>Miód 20g</i></p> <p><i>Ser twarogowy 60g (BIA)</i></p>	<p><i>Mus owocowy 1szt+ herbatniki</i></p>
2024-03-01	PODSTAWOWA	<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i></p> <p><i>Chleb 40g (GLU)</i></p> <p><i>Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)</i></p> <p><i>Masło 15g (BIA)</i></p> <p><i>Baleron 50g</i></p>		<p><i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL)</i></p> <p><i>makaron spaghetti 300g (GLU, SEL)</i></p> <p><i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i></p> <p><i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i></p> <p><i>Chleb 40g (GLU)</i></p> <p><i>Masło 15g (BIA)</i></p> <p><i>Ser biały 60g (BIA)</i></p> <p><i>Dżem 50g</i></p> <p><i>Ogórek zielony 30g</i></p>	<p><i>Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)</i></p>

1 p o n i e d z i a ł e k		Pomidor 30g Sałata 10g					
	WZBOG ACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g Pomidor 30g Sałata 10g	Banan 1szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml (GLU, BIA, SEL) Makaron spaghetti 300g (GLU, SEL) Kompot 250ml	Gruszka 1szt	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Dżem 50g Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata zielona 10 g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g	Banan 1szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron spaghetti 300g (GLU, SEL) Kompot b/c 250ml	Gruszka 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Dżem 50g Ogórek zielony 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

		Pomidor 30g Sałata 10g					
		469.7 kcal B 20.8 g T 18.9 g Wp 52.7 g F 4 g WW 5.4 (wymienniki węglowodanowe)	116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymienniki węglowodanowe)	631.9 kcal B 39.2 g T 16.6 g Wp 65.4 g F 14.5 g WW 6.6 (wymienniki węglowodanowe)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g – błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)	259.5 kcal B 15.5 g T 9.9 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Udka z kurczaka gotowane 100g Ziemniaki 220g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g Pomidor 30g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z mięsem i jarzynami 300g (GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

		Ogórek zielony 30g					
	WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Dżem 40g Ser twarogowy 60g (BIA) Jabłko 1 szt.		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z sosem pomidorowym i fasolą 300g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50 g (BIA) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2024-03-12	PODSTAWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 30g Ser żółty 20g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) kurczak pieczony 150g Ziemniaki 200g sałatka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
wtorek	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU)	Jabłko 1 szt.	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (GLU, SEL, BIA) kurczak pieczony 150g Ziemniaki 250g	Kisiel owocowy 250g	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

		<p>Masło 15g (BIA) (SOJ) Polędwica sopočka 30g Ser żółty 20g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>		<p>Sałatka z kapusty pekińskiej 150g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Sałata 10g</p>	
	LEKKOS TRAWN A	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica sopočka 50g Sałata 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) kurczak gotowany 150 g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Sos pietruszkowy 50g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica sopočka 30g Ser żółty 20g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) kurczak pieczony 150 g Ziemniaki 200g sałatka z kapusty pekińskiej 150g Kompot b/c 250ml</p>	<p>Kisiel owocowy b/c 250g</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Paszтет 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>

		<p>553.3 kcal B 27.1 g T 25.2 g Wp 53 g F 4.2 g WW 5.4</p>	<p>116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>666 kcal B 31.2 g T 22 g Wp 65,8 g F 12.8 g WW 6.7</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>407 kcal B 13.4 g T 24.9 g Wp 31.3 g F 5 g WW 3.2</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g</p>	<p>ulpet gotowany 100g</p>	<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) kurczak gotowany 150 g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ)</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) kurczak gotowany 150 g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Sos pietruszkowy 50g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>

	WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (JAJ) Ogórek zielony 30g Sałata 10g		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Miód 40 g Ser twarogowy 60g (BIA)	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
2024-03-13	PODSTAWOWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Parówki 80g (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa grochówka 350ml (BIA, SEL) kluski na parze 250 g sos truskawkowy 50 g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajko gotowane 25g (JAJ) Połędwica sopocka 30g Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU) Sok owocowy w kartoniku 1szt
2024-03-13	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA,	Budyń czekoladowy 200g (GLU, BIA)	Zupa grochówka 400ml (BIA, SEL) (BIA) kluski na parze 250 g sos truskawkowy 50 g (GLU, JAJ, BIA)	Banan 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajko gotowane 25g (JAJ)	Herbatniki 30g (GLU) Sok owocowy w kartoniku 1szt

2 2 - 1 0 - 2 6 ś r o d a		<p>GLU) Parówki 80g (SOJ)</p> <p>Ketchup 20g</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		Kompot 250ml		<p>Poledwica sopocka 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p> <p>Sałata 10g</p>	
	LEKKOS TRAWN A	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL)</p> <p>Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p> <p>Sałata zielona 10 g</p>	<p>Herbatniki 30g (GLU)</p> <p>Sok owocowy w kartoniku 1szt</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p>	Pomarańcza 1szt	<p>Zupa grochówka 350ml (BIA, SEL)</p> <p>Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA) b/c</p>	Banan 1 szt.	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Jajko gotowane 25g (JAJ)</p> <p>Poledwica sopocka 30g</p>	<p>Jabłko</p> <p>Sok owocowy w kartoniku 1szt</p>

		<p>Parówki 680g (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Kompot b/c 250ml</p>		<p>Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	
		<p>450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (BIA) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>	<p>Kisiel 200ml</p>
1500 kcal		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml koperkowa z ziemniakami (BIA, SEL) Ryż z jabłkiem i</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g</p>	<p>Sok owocowy w kartoniku 1szt</p>

		<p>Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>cynamonem 300g (BIA) Kompot 250ml</p>		<p>Sałata 10g</p>	
	WEGETARIANSKA	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL) kluski na parze 250 g (GLU, JAJ, BIA) sos truskawkowy 50 g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) ser żółty 50 g ogórek zielony 30 g sałata zielona 10 g</p>	<p>Herbatniki 30g (GLU) Sok owocowy w kartoniku 1szt</p>
2024-03-14	PODSTAWOWA	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Sałatka z buraka cebuli i jabłka 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, GOR, SEL) Polędwica wiśniowa 20g Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	<p>Galaretka owocowa z owocami 200g</p>
2024-03-14	WZBOGACONA	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g</p>	<p>Chleb razowy 40g (GLU)</p>	<p>Krupnik jęczmienny 400ml (GLU, SEL)</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g</p>	<p>Galaretka owocowa z owocami 200g</p>

a r t e k		(GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g	Pasta z jaj 25g (JAJ, BIA)	Potrawka drobiowa 180g (GLU, SEL) Ziemniaki 250g Sałatka z buraka cebuli i jabłka 150g Kompot 250ml		(GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, GOR, SEL) Polędwica wiśniowa 20g Ogórek zielony 30g Sałata 10g	
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata zielona 10g		Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g Sałata zielona 10 g	Galaretka owocowa z owocami 200g
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA)	Chleb razowy 40g (GLU) Pasta z jaj 25g (JAJ, BIA)	Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Sałatka z buraka	Jabłko 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, GOR, SEL) Polędwica wiśniowa 20g	Banan 1 szt.

		<i>Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</i>		<i>cebuli i jabłka150g Kompot b/c 250ml</i>		<i>Ogórek zielony 30g Sałata 10g</i>	
	AZS	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 80g (BIA)</i>		<i>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g</i>	<i>Galaretka owocowa 200g</i>
	1500 kcal	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</i>		<i>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g Ogórek zielony 30g Sałata 10g</i>	<i>Galaretka owocowa 200g</i>
	WEGETARIANSKA	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z</i>		<i>Krupnik jęczmienny 350ml (GLU, SEL) Leczo z papryką i pomidorami 150g</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) pasta z ryby 80 g (BIA)</i>	<i>Galaretka owocowa 200g</i>

		<p>makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>(SEL) Ziemniaki 200g Kompot 250ml</p>		<p>Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	
2024-03-15	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) mielonka tyrolska 30 g (BIA) jajko 25 , rzodkiewka 30 g , sałata zielona 10 g</p>		<p>Serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 30g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor 30g Sałata zielona 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>
qteko20	WZBOGACONA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)</p>	<p>Banan 1szt</p>	<p>Serowa z grzankami 400ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 130g Ziemniaki 220g</p>	<p>Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)</p>	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 30g (BIA)</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>

		<p>Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) mielonka tyrolska 30 g (BIA) jajko 25 g, rzodkiewka 30 g, sałata zielona 10 g</p>		<p>Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot 250ml</p>		<p>Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor 30g Sałata zielona 10g</p>	
2 2 - 1 0 - 2 8 p i	LEKKOS TRAWN A	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. Czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50 g (BIA) sałata zielona 10 g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Kurczak gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Sos Jarzynowy 100g (SEL) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) sałata zielona 10 g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł kukurydzianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) szynka wieprzowa 50 g (BIA) rzodkiewka 30g, sałata zielona 10 g</p>	<p>Banan 1szt</p>	<p>Serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml</p>	<p>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 30g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Pomidor 30g Sałata zielona 10g</p>	<p>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</p>

		<p>534,3 kcal B 17.6 g T 28.5 g Wp 49.8 g F 5.8 g WW 5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>181,5 kcal B 4.5 g T 1.5 g Wp 35.7 g F 3.8 g WW 3.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>557,9 kcal B 31.6 g T 9.8 g Wp 78.6 g F 12.4 g WW 8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>287.7 kcal B 10.1 g T 14.4 g Wp 28.1 g F 3.8 g WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) szynka wieprzowa 50g (BIA)</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>	Herbatniki
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) szynka wieprzowa 50g (BIA) rzodkiewka 30g ,sałata zielona 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 250ml (GLU, BIA, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Sos jarzynowy 50g (SEL)</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)

				Kompot 250ml			
	WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. czekoladowymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) rzodkiewka 30 g ,sałata 10 g		Serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszanej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałata 10g	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)
2024-03-16	PODSTAWA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa Solferino 350ml (GLU, BIA, SOJ) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza 200g (GLU) Sałatka z jarzyn mieszanych 150g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z sera twarogowego z rzodkiewką 80g (JAJ, GLU, BIA) Ogórek zielony 30g Sałata	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA,		Zupa Solferino 400ml (GLU, BIA, SOJ) Gulasz wieprzowy	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU)	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)

		<p>GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>150g (GLU, SEL) Kasza 200g (GLU) Sałatka z jarzyn mieszanych 150g (BIA) Kompot 250 ml</p>		<p>Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z sera twarogowego z rzodkiewką 80g Ogórek zielony 30g Sałata</p>	
2022-10-29	LEKKOS TRAWNA	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (SOJ) Sałata zielona 10g</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Mandarynka 2szt</p>	<p>Zupa Solferino 350ml (GLU, BIA, SOJ) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza 200g (GLU) Sałatka z jarzyn mieszanych 150g (BIA) Kompot b/c 250ml</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z sera twarogowego z rzodkiewką 80g (JAJ, GLU, BIA) Ogórek zielony 30g Sałata</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>

		<p>539,5 kcal B 18.4 g T 29 g Wp 49.4 g F 5.2 g WW 5.1 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>836.3 kcal B 41.7 g T 47.2 g Wp 55.4 g F 9.4 g WW 5.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>251,8 kcal B 13.4 g T 10 g Wp 25.4 g F 3.6 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g</p>		<p>Zupa koperkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Zupa koperkowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g Ogórek zielony 30g Sałata</p>	<p>Twarożek z truskawkami 100g (BIA)</p>

	WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Serek topiony 50g Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa solferino 350ml (GLU, BIA, SOJ) Pierogi z owocami 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z sera twarogowego z rzodkiewką 80g	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)
2024-03-17	PODSTAWA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałata zielona 30g Ogórek zielony 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU) schab w sosie 150g Ziemniaki 200g Surówka z Kapusty pekińskiej 150g (BIA) Kompot 250 ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, SEL, GOR) Szynka wieprzowa 20g Pomidor 30g Sałata 10g	Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Kiwi 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU) schab w sosie 180g Ziemniaki 250g Surówka z Kapusty pekińskiej 150g (BIA) Kompot 250 ml	Gruszka 1szt	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, SEL, GOR) Szynka wieprzowa 20 g	Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)

2 0 2 3 - 1 0 - 0	LEKKOS TRAWN A	<p>Ser żółty 50g (BIA) Sałata zielona 30g Ogórek zielony 30g</p>				<p>Pomidor 30g Sałata 10g</p>	
		<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10 g</p>		<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU) Udka z kurczaka gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g Sałata zielona 10 g</p>	<p>Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (GLU, BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałata zielona 30g Ogórek zielony 30g</p>	Kiwi 1szt	<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU) schab w sosie 150g Ziemniaki 200g Surówka z Kapusty pekińskiej 150g (BIA) Kompot 250 ml</p>	Gruszka 1szt	<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, SEL, GOR) Szynka wieprzowa 20 g Pomidor 30g Sałata 10g</p>	Jabłko 1szt

		<p>430 kcal B 19.4 g T 16.6 g Wp 47.4 g F 4.9 g WW 4.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>93 kcal B 1.8 g T 0 g Wp 21.3 g F 0 g WW 2.1 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>757,2 kcal B 41.3 g T 18 g Wp 99.4 g F 11.9 g WW 8.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>253 kcal B 13.5 g T 10.1 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU) Udka z kurczaka gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopočka 50g</p>	<p>Jabłko 1szt</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 30g Ogórek zielony 30g</p>		<p>Rosół z makaronem 350ml (GLU) Udka z kurczaka gotowane 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopočka 50g Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Babka piaskowa 50g (GLU, JAJ, BIA)</p>
	WEGET	<p>Herbata 250 ml</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p>	<p>Babka piaskowa 50g</p>

	ARIAŃSKA	<p>Baton pszenny 50g (GLU)</p> <p>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Ser żółty 50g (BIA)</p> <p>Sałata zielona 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>		<p>(GLU, SEL, BIA)</p> <p>Kotlet z ziemniaczany w sosie pieczarkowym 100g (GLU, SEL)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Surówka z Kapusty pekińskiej 150g (BIA)</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, BIA, SEL, GOR)</p> <p>Serek topiony 25g (BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 10g</p>	(GLU, JAJ, BIA)
2024-03-08	PODSTAWA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU)</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Ser żółty 20g (BIA)</p> <p>Półdzwica wiśniowa 30g (SOJ)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Sałata 10g</p>		<p>Zupa szczawiowa ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA)</p> <p>Klops wieprzowy 100g (GLU) sos koperkowy 100 g</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki zasmażane 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 40g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Półdzwica wiśniowa 30g (SOJ)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>	Kisiel 200ml
	WZBOGACONA	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Zupa z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU)</p> <p>Bułka pszenna 65g (GLU)</p> <p>Chleb 60g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p>	<p>Chleb zwykły 40g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka drobiowa 25g (SOJ)</p>	<p>Zupa szczawiowa ryżem 400ml (GLU, SEL, BIA)</p> <p>Klops wieprzowy 130g (GLU)</p> <p>sos koperkowy 100 g</p>	Jabłko 1 szt.	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 80g (GLU)</p> <p>Chleb 60g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Ogórek zielony 30g</p>	Kisiel 200ml

k		<p>Ser żółty 20g (BIA) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>Ziemniaki 220g Buraki zasmażane 150g Kompot 250ml</p>		
	LEKKOS TRAWN A	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (BIA) Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g</p> <p>Kisiel 200ml</p>
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	<p>Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 25g (SOJ)</p>	<p>Zupa szczawiowa ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Klops wieprzowy 100g (GLU) sos koperkowy 100 g Ziemniaki 200g Buraki zasmażane 150g Kompot b/c 250ml</p>	Jabłko 1 szt.	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g Ogórek zielony 30g</p> <p>Kisiel b/c 200ml</p>

		<p>482.1 kcal B 29.5 g T 16.1 g Wp 52.9 g F 4.2 g WW 5.3 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>209 kcal B 7.2 g T 10 g Wp 21.8 g F 1.7 g WW 2.2 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>629,8 kcal B 36.8 g T 15.7 g Wp 79.6 g F 13.4 g WW 6.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>366.4 kcal B 18.7 g T 20.7 g Wp 25.1 g F 3.5 g WW 2.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa (BIA)</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>	Kisiel 200ml
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, BIA, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	Kisiel 200ml

				Kompot 250ml			
	WEGET ARIAŃS KA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ) Sałata 10g		Zupa szczawiowa ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Naleśniki z dżemem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g	Kisiel 200ml
2 0 2 4 - 0 3 - 1 9 w t o r e k 2 0 2	PODSTA WA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką ze schabu 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Galaretka owocowa 200g
	WZBOG ACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g	Pomarańcza 1szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebul- ką ze schabu 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Galaretka owocowa 200g

2 - 1 1 - 0 1		(SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g		Kompot 250ml			
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)		Zupa makaronowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pulpety w sosie koperkowym 100g/100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Galaretka owocowa 200g
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Pomarańcza 1szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Stek wieprzowy z cebulką ze schabu 100g (GLU, JAJ)	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Serek homogenizowany naturalny 1 szt. (BIA)	Galaretka owocowa b/c 200g

		<p>Pasztet pieczony 70g (SOJ) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g</p>		<p>Ziemniaki 200g</p> <p>Surówka z białej kapusty Kompot b/c 250ml</p>			
		<p>543,9 kcal B 28.1 g T 15.1 g Wp 72 g F 4.8 g WW 7.2 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>750.7 kcal B 28 g T 28.9 g Wp 83.1 g F 22.2 g WW 7.2 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pulpety b/bułki 100g(GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g</p> <p>kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g</p>	<p>Galaretka owocowa 200g</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU)</p>		<p>Zupa makaronowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pulpety w sosie koperkowym 100g/100g (GLU, JAJ)</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)</p>	<p>Galaretka owocowa 200g</p>

		Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml			
	WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek wiejski 1szt (BIA) Ogórek kiszony 30g Sałata 10g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierogi z owocami 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1 szt. (BIA)	Galaretka owocowa 200g
2024-03-20	PODSTAWA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 2szt (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 80g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
śr	WZBOG	Herbata 250 ml	Jabłko 1szt.	Barszcz czerwony z	Gruszka 1szt	Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt.

o d a	ACONA	<p>Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 3szt (BIA, GLU) Kompot 250ml</p>		<p>Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g</p>	(BIA)
	LEKKOS TRAWN A	<p>Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	CUKRZY COWA	<p>Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>	Jabłko 1szt.	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron razowy z serem 300g Kompot b/c 250ml</p>	Gruszka 1szt	<p>Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g</p>	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Ryż z jabłkiem 300g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)	Jabłko 1szt
	1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem 300g (GLU, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	WEGETARIAŃSKA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2szt (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta rybna 60g (RYB, GLU) Ogórek zielony 30g Sałata zielona 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2	PODSTA	Herbata 250 ml		Zalewajka z		Herbata 250 ml	Gruszka 1 szt.

0 2 4 - 0 3 - 2 1 c z w a r t e k 2 0 2 4 - 0 2 - 0 8 c z w	WA	Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 40g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g		ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Sos szpinakowo- śmietanowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA) Makaron 200g Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	
	WZBOG ACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 40g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Budyń śmietankowy 250g (BIA, GLU)	Zalewajka z ziemniakami 400ml (BIA, SEL, GLU) Sos szpinakowo- śmietanowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA) Makaron 200g Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.

a r t							
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata zielona 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Sos śmietanowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA) Makaron 200g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka pieczona 1 szt.
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 40g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Zalewajka z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Sos szpinakowo- śmietanowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA) Makaron razowy 200g Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pierś z kurczaka 100g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g	Gruszka pieczona 1 szt.

		<i>Ser biały 60g (BIA)</i>		<i>Ziemniaki 200g</i> <i>Buraki gotowane 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>(SOJ)</i>	
	1500 kcal	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser biały 60g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i> <i>Sałata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Sos szpinakowo-śmietanowy z kurczakiem 150g (GLU, BIA)</i> <i>Ryż 200g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Sałata 10g</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Gruszka 1 szt.</i>
	WEGETARIAŃKA	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser topiony 40g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i> <i>Sałata 10g</i>		<i>Zalewajka z ziemniakami 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Kotlety z sera 2 szt. (GLU, SOJ)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Burak gotowany 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Serek kanapkowy 60g</i> <i>Sałata 10g</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Gruszka 1 szt.</i>
202	PODSTAWA	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA,</i>		<i>Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, JAJ, SEL)</i> <i>Jajko sadzone 100g</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i>	<i>Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)</i>

4 - 0 3 - 2 2 p i q t e k 2 0 2 2 - 1 1 - 0 4 p i q t e k		GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Dżem 80g Jabłko 1 szt.		(JAJ, BIA) Puree ziemniaczane 220g (BIA) Surówka z marchwi i jabłka 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml		Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka makaronowa 100g (SEL, GLU, BIA) Szynka gotowana 20g (SOJ) Sałata 10g	
	WZBOG ACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Dżem 80g Jabłko 1 szt.	Serek 1 szt. (BIA)	Zupa kalafiorowa 400ml (GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 130g (JAJ, BIA) Puree ziemniaczane 220g (BIA) Surówka z marchwi i jabłka 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml	Banan 1szt	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka makaronowa 100g (SEL, GLU, BIA) Szynka gotowana 20g (SOJ) Sałata 10g	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)
	LEKKOS TRAWN A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pączki gotowane 150g Puree ziemniaczane 220g (BIA)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)

		Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Dżem 80g		Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		(SOJ) Sałata 10g	
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Jabłko 1 szt.	Serek 1 szt. (BIA)	Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 100g (RYB, JAJ, GLU) Puree ziemniaczane 220g (BIA) Surówka z marchwi i jabłka 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot b/c 250ml	Banan 1szt	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka makaronowa 100g (SEL, GLU, BIA) Szynka gotowana 20g (SOJ) Sałata 10g	Budyń z sokiem b/c 200ml (GLU, BIA)
	AZS	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Powidła 80g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pączki gotowane 150g Puree ziemniaczane 220g (BIA) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)	Herbatniki
	1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA,		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pączki gotowane 150g Puree ziemniaczane		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)	Herbatniki

		GLU) Masło 10g (BIA) Dżem 80g		220g (BIA) Marchew gotowana 150g kompot 250ml		Salata 10g	
	WEGET ARIAŃS KA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Dżem 80g		Zupa kalafiorowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 100g (RYB, JAJ, GLU) Puree ziemniaczane 220g (BIA) Surówka z marchwi i jabłka 150g (BIA, JAJ, GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g	Budyń z sokiem 200ml (GLU, BIA)
2 0 2 4 - 0 3 - 2 3 s o b o t	PODSTA WA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 30g (SOJ) Serek topiony 25g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Gołabki z mięsem 100g (SEL) Sos pomidorowy 100g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	Mus owocowy + herbatniki
	WZBOG	Herbata 250 ml	Jabłko 1 szt.	Zupa ogórkowa z	Mandarynki	Herbata 250 ml	Mus owocowy +

a	ACONA	Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 30g (SOJ) Serek topiony 25g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g		ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL) Gołąbki z mięsem 130g (SEL) Sos pomidorowy 100g (SEL, GLU) Ziemniaki 220g Kompot 250ml	2szt.	Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek 60g ze szczypiorkiem 60 g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g	herbatniki
	LEKKOS TRAWNA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata zielona 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL) Sos śmietanowy 100g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Sałata 10g	Mus owocowy + herbatniki
	CUKRZY COWA	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł.	Jabłko 1 szt.	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA,	Mandarynki 2szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g	Mus owocowy + b/cukru

		<p>owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 30g (SOJ) Serek topiony 25g (BIA) Pomidor 30g Sałata 10g</p>		<p>GLU, SEL) Gotabki z mięsem 100g (SEL) Sos pomidorowy 100g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Kompot b/c 250ml</p>		<p>(GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	
	AZS	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Udko z kurczaka 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA)</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>
	1500 kcal	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ)</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL) Sos śmietanowy 100g (BIA) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Ogórek zielony 30g Sałata 10g</p>	<p>Mus owocowy + herbatniki</p>

	<p>WEGET ARIAŃS KA</p>	<p><i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ)</i></p>		<p><i>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Gołabki warzywne 100g (SEL)</i> <i>Sos pomidorowy 100g (SEL, GLU)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Twarożek 60g ze szczypiorkiem (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i> <i>Salata 10g</i></p>	<p><i>Mus owocowy + herbatniki</i></p>
--	---------------------------------------	---	--	--	--	---	--

Jadłospis przygotowany przez Catering Meridian's