

2 0 2 4 - 0 8 - 2 1 ś r o d a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g Ogórek kiszony 30g Sałata 10g		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab po sztygarsku w sosie 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g Ogórek kiszony 30g Sałata 10g	Jabłko 1szt.	Zupa szczawiowa z ryżem 400ml (GLU, JAJ, SEL) Schab po sztygarsku w sosie 180g (GLU, SEL) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pałeczki gotowane 150g Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
C U K R Z Y C O W	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g Ogórek kiszony 30g	Jabłko 1szt.	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab po sztygarsku w sosie 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Szyńka drobiowa	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)

	A	Salata 10g		Kompot b/c 250ml		20g (SOJ) Salata 10g	
		430 kcal B 19.4 g T 16.6 g Wp 47.4 g F 4.9 g WW 4.8 (wymienniki węglowodanowe)	93 kcal B 1.8 g T 0 g Wp 21.3 g F 0 g WW 2.1 (wymienniki węglowodanowe)	757,2 kcal B 41.3 g T 18 g Wp 99.4 g F 11.9 g WW 8.8 (wymienniki węglowodanowe)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)	253 kcal B 13.5 g T 10.1 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Salata 10g		Zupa ryżowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pałeczki gotowane 150g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Salata 10g	Herbatniki 30g (GLU)
	1 5 0 0 k c a l	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Salata 10g		Zupa grysikowa 250ml (BIA, GLU, SEL) Pałeczki gotowane 150g Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Salata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	W	Herbata 250 ml		Zupa szczawiowa z		Herbata 250 ml	Budyń czekoladowy

<p><i>E</i> <i>G</i> <i>E</i> <i>T</i> <i>A</i> <i>R</i> <i>I</i> <i>A</i> <i>Ń</i> <i>S</i> <i>K</i> <i>A</i></p>	<p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser topiony 50g</i> <i>Ogórek kiszony 30g</i> <i>Salata 10g</i></p>		<p><i>ryżem 350ml (GLU, JAJ, SEL)</i> <i>Kotlet ziemniaczany w sosie pieczarkowym 100g (GLU, JAJ)</i> <i>Surówka z kapusty pekińskiej 150g</i> <i>Kompot 250ml</i></p>		<p><i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 20g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i></p>	<p><i>200ml (BIA)</i></p>
--	---	--	--	--	---	---------------------------