

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja	
2024-05-12 niedziela	P	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Budyń 200g (BIA)	
	O	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)		
	D	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)		
	S	Chleb 40g (GLU)		Surówka z czerwonej kapusty 150g		Masło 15g (BIA)		
	T	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		serek topiony 50 g (BIA)		
	A	Polędwica sopocka 50g (SOJ)				Ogórek zielony 30g		
	W	Pomidor 30g						
	O							
	W							
	A							
	W	Herbata 250 ml	Gruszka 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml		Budyń 200g (BIA)
	Z	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Kotlet schabowy 130g (GLU, JAJ)		bułka grahamka 80 g /GLU/		
	B	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 250g (BIA)		chleb 60 g ,masło15 g ,ser topiony 50 g /BIA/		
	O	Chleb 60g (GLU)		Surówka z czerwonej kapusty 150g		ogórek zielony 30 g		
	G	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml				
A	Polędwica sopocka 50g (SOJ)							
C	Pomidor 30g							
O								
N								
A								
L	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Budyń 200g (BIA)		
E	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Filet drobiowy gotowany 100g		Bułka grahamka 80g (GLU)			
K	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)			
O	Chleb 40g (GLU)		Sos jarzynowy 100g (SEL)		Masło 10g (BIA)			
S	Masło 15g (BIA)		Buraczki gotowane 150g		k.drobiowa 50 g (BIA)			
T	Polędwica sopocka 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Salata 10g			
R	Salata 10g							
A								
W								
N								

	A						
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet schabowy 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Mandarynki 2 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) ser topiony 50 g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń b/c 200g (BIA)
		540 kcal B 20,9 g T 31,2 g Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	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)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)	313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) k.drobiowa 50 g (BIA) Sałata 10g	Budyń 200g (BIA)

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Baton pszenny 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Sos jarzynowy 100g (SEL) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) k.drobiowa 50 g (BIA) Sałata 10g	Budyń 200g (BIA)
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Baton pszenny 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g Pomidor 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet ziemniaczano-jarzynowy 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) (BIA) Ogórek zielony 30g ser topiony 50 g	Budyń 200g (BIA)
2 0 2 4 - 1 2 - 1	P O D S T A W O W	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki drobiowe 2szt. (SOJ) Ketchup 20g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z kiszoną kapusta i mięsem 300g (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.

6 p o n i e d z i a ł e k	A	Pomidor 30g					
	W	Herbata 250 ml	Banan 1 szt.	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL)	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)	Herbata 250 ml	Jabłko 1 szt.
	Z	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Łazanki z kiszoną kapusta i mięsem 350g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	B	Bułka pszenna 65g (GLU)		Kompot 250ml		Chleb 60g (GLU)	
	O	Chleb 60g (GLU)				Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)				Ser żółty 50g (BIA)	
	A	Parówki drobiowe 2szt (SOJ)				Papryka 30g	
	C	Ketchup 20g					
	O	Pomidor 30g					
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml	Jabłko pieczone 1 szt.
	E	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Makaron z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	K	Bułka pszenna 65g (GLU)		Kompot 250ml		Chleb 40g (GLU)	
O	Chleb 40g (GLU)				Masło 10g (BIA)		
S	Masło 15g (BIA)				Szynka gotowana 50g (SOJ)		
T	Szynka drobiowa 50g (SOJ)				Salata 10g		
R	Salata 10g						
A							
W							
N							
A							

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Parówki drobiowe 2szt (SOJ) Pomidor 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z kiszoną kapusta i mięsem 300g (GLU, JAJ) Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.
	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 węglowodano we)	259.5 kcal B 15.5 g T 9.9 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) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko pieczone 1 szt.

1500kcal	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
WEGTARISAŃSKA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem feta 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.
2024-12-07w	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasata jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak pieczony 150 g Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.

t o r e k							
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasata jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak pieczony 180 g Ziemniaki 250g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml	Kisiel 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
2 0 2 3 - 1 0 - 2 4 w t o r e k	L E K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300 ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak gotowany 150 g w sosie pietruszkowym (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Pomarańcze 1 szt.

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z kluseczkami 250 ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Pasata jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak pieczony 150 g Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot b/c 250ml	Kisiel b/c 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	553.3 kcal B 27.1 g T 25.2 g Wp 53 g F 4.2 g WW 5.4	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)	666 kcal B 31.2 g T 22 g Wp 65,8 g F 12.8 g WW 6.7	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	407 kcal B 13.4 g T 24.9 g Wp 31.3 g F 5 g WW 3.2	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Kurczak gotowany 150 g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 150g (BIA)

	1 5 0 0 k c a l	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250 ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak gotowany 150 g w sosie pietruszkowym BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	W E G E T E R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250 ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasata jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kotlet z sera żółtego 100g (JAJ, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek wiejski 1szt. (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
2 0 2 4 - 1 2 -	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 30g		Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ)	Jogurt owocowy 1szt (BIA)

1 8 ś r o d a		(SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Papryka 30g				Ogórek kiszony 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Papryka 30g	Banan 1 szt.	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 3 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml	Jabłko 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Jogurt owocowy 1szt (BIA)
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt (BIA)

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Papryka 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml	Jabłko 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Paszтет pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)
	450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9 (wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3 (wymienniki węglowodanowe)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3 (wymienniki węglowodanowe)	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)

	1500kcal	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, SEL) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
	WEGA TARATA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1szt. (JAJ) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
2024-01-12	POSDSATA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z kurczaka 50g (SOJ)		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) stek wieprzowy z cebulką 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń 200ml (BIA)

g c z w a r t e k		Pomidor 30g					
	W	Herbata 250 ml	Chleb razowy 40g (GLU)	Zupa szczawiowa z ryżem 400ml (BIA, JAJ, GLU, SEL)	Mandarynki 2 szt.	Herbata 250 ml	Budyń 200ml (BIA)
	Z	Bułka pszenna 65g (GLU)	Masło 10g (BIA)	stek wieprzowy z cebulką 130g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	B	Chleb 60g (GLU)	Ser żółty 20g (BIA)	Ziemniaki 250g		Chleb 60g (GLU)	
	O	Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)		Surówka z buraczków i jabłka 150g		Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		Pasta z makreli 80g (RYB)	
	A	Szynka z kurczaka 50g (SOJ)				Ogórek zielony 30g	
	C	Pomidor 30g					
	O	Herbata 250 ml		Zupa makaronowa 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Budyń 200ml (BIA)
	N	Bułka pszenna 65g (GLU)		Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	A	Chleb 40g (GLU)		Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Chleb 40g (GLU)	
	W	Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)		Ziemniaki 200g		Masło 10g (BIA)	
	N	Masło 15g (BIA)		Buraczki gotowane 150g		Ser biały 60g (BIA)	
	A	Szynka z kurczaka 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Sałata 10g	

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g Szyńka z kurczaka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) stek wieprzowy z cebulką 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Mandarynki 2 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń b/c 200ml (BIA)
	450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienni ki węglowodano we)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka z kurczaka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Pączki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko pieczone 1szt.

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z kurczaka 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa makaronowa 250ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Budyń 200ml (BIA)
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet warzywny z pieczarkam 100g (SEL, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń 200ml (BIA)
2 0 2 4 - 1 2 - 2	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy ze szczypiorkiem 60g (BIA) Papryka 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Gruszka 1 szt.

O p i ą t e k				Kompot 250ml			
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy szczypiorkiem 60g (BIA) Papryka 30g	Kisiel owocowy 200ml	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 130g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml	Serek homogenizow any 1szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Gruszka 1 szt.
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 150g (SEL) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka pieczona 1 szt.

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy szczypiorkiem 60g (BIA) Papryka 30g	Kisiel owocowy b/cukru 200ml	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g Kompot b/c 250ml	Serek homogenizow any 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Gruszka 1 szt.
	534,3 kcal B 17.6 g T 28.5 g Wp 49.8 g F 5.8 g WW 5 (wymienniki węglowodanowe)	181,5 kcal B 4.5 g T 1.5 g Wp 35.7 g F 3.8 g WW 3.6 (wymienniki węglowodanowe)	557,9 kcal B 31.6 g T 9.8 g Wp 78.6 g F 12.4 g WW 8 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodano we)	287.7 kcal B 10.1 g T 14.4 g Wp 28.1 g F 3.8 g WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka pieczona 1 szt.

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy koperkiem 60g (BIA) Papryka 30g		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 150g (SEL) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy szczypiorkiem 60g (BIA) Papryka 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Gruszka 1 szt.
2 0 2 4 - 1 2 -	P O D S T A W	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

2 1 s o b o t a 2 0 2 4 - 0 7 - 0 6 s o b o t a	A	(SOJ) Pomidor 30g				Szynka gotowana 20g (SOJ)	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 4szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Szynka gotowana 20g (SOJ)	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Szyńka gotowana 20g (SOJ)	Wafle ryżowe 30g
		539,5 kcal B 18.4 g T 29 g Wp 49.4 g F 5.2 g WW 5.1 (wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)	836.3 kcal B 41.7 g T 47.2 g Wp 55.4 g F 9.4 g WW 5.6 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodano we)	251,8 kcal B 13.4 g T 10 g Wp 25.4 g F 3.6 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml (BIA, GLU) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml (BIA, GLU) Jajko 1 szt. (JAJ) Pomidor 30g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Ser żółty 20g (BIA)	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
2 0 2 4 - 1 2 - 2 2	P O D S T A - W A	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) Papryka 30g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajko 25g (JAJ) Połędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
n i	W Z	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł.	Galaretka owocowa 200g	Zupa ryżowa 400ml (GLU, JAJ, SEL)	Banan 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

e d z i e l a	B O G A C O N A	owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Schab pieczony 130g Sos pieczeniowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajko 25g (JAJ) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ogórek zielony 30g	
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek homogenizowany waniliowy 1szt. (BIA) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab gotowany 100g Sos jasny 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (GLU, BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Galaretka owocowa b/c 200g	Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko 25g (JAJ) Polędwica wiśniowa 30g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)

		<p>430 kcal B 19.4 g T 16.6 g Wp 47.4 g F 4.9 g WW 4.8 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>93 kcal B 1.8 g T 0 g Wp 21.3 g F 0 g WW 2.1 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>757,2 kcal B 41.3 g T 18 g Wp 99.4 g F 11.9 g WW 8.8 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>253 kcal B 13.5 g T 10.1 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</p>	
	A Z S	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (SOJ) Sałata 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 350ml (SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt. (BIA)</p>
	1 5 0 0 k c al	<p>Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany waniliowy 1szt. (BIA) Sałata 10g</p>		<p>Zupa ryżowa 250ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos jasny 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	<p>Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)</p>

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet z sera żółtego i pieczarek 100g (JAJ, GLU, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA) Jajko 25g (JAJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0 2 4 - 1 2 - 2 3 p o n i e d z i a t	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Kisiel 200ml
	W Z B O G A C O N	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 350g Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Kisiel 200ml

e k	A						
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel 200ml
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU) Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasztet pieczony drobiowy 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Kisiel b/c 200ml

		<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>	
	A Z S	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pączki gotowane 2 szt. Ziemniaki 200g Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	Kisiel 200ml
	1 5 0 0 k c al	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g</p>	Kisiel 200ml

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Risotto z groszkiem i warzywami 300g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g	Kisiel 200ml
2 0 2 4 - 1 2 - 2 4 w t	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa grzybowa z łazankami 350ml (GLU, SEL) jajko gotowane sosie chrzanowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g ,surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ryba smażona 100g (RYB, SEL, GLU)kapusta z grochem 150 g	Pomarańcze 1 szt.
r e k	W Z B O G A C O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA)	Banan 1 szt.	Zupa grzybowa z łazankami 400ml (GLU, SEL) jajko gotowane w sosie chrzanowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g ,surówka z marchwi i jabłka 150 g	Jogurt owocowy 150g (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ryba smażona 100 g (RYB, SEL, GLU) kapusta z grochem	Pomarańcze 1 szt.

	N A	Pomidor 30g		Kompot 250ml		150 g	
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ryba z pieca 100 g (RYB, SEL, GLU)	Pomarańcze 1 szt.
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa grzybowa z łazankami 350ml (GLU, SEL) jajko gotowane w sosie chrzanowym 150 g (GLU, JAJ) ziemniaki 200 g ,surówka z marchewki i jabłka 150 g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 150g (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Ryba smażona 100g (RYB, SEL, GLU) kapusta z grochem 150 g	Pomarańcze 1 szt.

		<p>543,9 kcal B 28.1 g T 15.1 g Wp 72 g F 4.8 g WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>750.7 kcal B 28 g T 28.9 g Wp 83.1 g F 22.2 g WW 7.2 (wymenniki 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 (wymenniki węglowodanowe)</p>	<p>358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</p>	
	A Z S	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g</p>	<p>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</p>
	1 5 0 0 k c al	<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Dżem 30g</p>		<p>Zupa jarzynowa 250ml (GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ryba z pieca 100g (RYB, SEL, GLU)</p>	<p>Pomarańcze 1 szt.</p>

	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa grzybowa z łazankami 350 g, jajko gotowane w sosie chrzanowym 150 g, ziemniaki 200 g, surówka z marchwi i jabłka 150 g, kompot 250 ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ryba smażona 100g (RYB, SEL, GLU) kapusta z grochem 150 g	Pomarańcze 1 szt.
2 0 2 4 - 1 2 - 2 5 ś	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) baleron 50 g (JAJ, BIA) Papryka 30g		Rosół z makaronem 350 g /bia,glu/ pierś z kurczaka panierowana 200 g /,glu,jaj/ ziemniaki 200 g, surówka z kapusty pekińskiej 150 g kompot 250 ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
r o d a	W Z B O G A C O N	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) baleron 50 g (JAJ, BIA) Papryka 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 400ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR)	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)

	A			Kompot 250ml			
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Rosół z makaronem 350ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) baleron 50 g (JAJ, BIA) Papryka 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)	rosół z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR) Kompot b/c 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
	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 węglowodano we)	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) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek Bieluch 1szt. (BIA)

	150000kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Papryka 30g		Rrosół z makaronem 250ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
	WEGA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Jajecznicza ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g		Zupa ryżowa grzankami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kotlet ziemniaczany w sosie pieczarkowym 100g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 150g (GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
2024-01-21	PODS	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) karczek pieczony 100g (GLU, SEL) ziemniaki 200g (GLU), sos pieczeniowy		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ)	Mandarynki 2 szt.

- 2 6 c z w a r t e k	A	polędwica sopocka 50 g (SOJ) Jajko 25g Ogórek zielony 30g		150 g Surówka z kapusty czerwonej 150g Kompot 250ml		Pomidor 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) polędwica sopocka 50 g (SOJ) Jajko gotowane 25g Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa 200g	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL) karczek pieczony 130 g (GLU, SEL) ziemniaki 250g (GLU), sos pieczeniowy 150 g, Surówka z kapusty czerwonej 150g Kompot 250ml	Jogurt owocowy 150g (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
	L E K K O S T R A W N A	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 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL, BIA) ziemniaki 200g (GLU, JAJ) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Mandarynki 2 szt.

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) połudwica sopocka 50 g. (SOJ) Jajko 25g Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa b/c 200g	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) karczek pieczony 100g (GLU, SEL), sos pieczeniowy 150 g ziemniaki 200g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 150g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 150g (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
	543,9 kcal B 28.1 g T 15.1 g Wp 72 g F 4.8 g WW 7.2 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	750.7 kcal B 28 g T 28.9 g Wp 83.1 g F 22.2 g WW 7.2 (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 węglowodano we)	358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szanka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 150g (BIA)

1 5 0 0 k c a l	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL, BIA) ziemniaki 200g (GLU, JAJ) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Mandarynki 2 szt.
W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) kotlet z jajka 100 g ziemniaki 200g (GLU, JAJ) surówka z kapusty czerwonej 150 g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
2 0 2 4 - 1 2 - 2 7	P O D S T A W A Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) parówka drobiowa 2 szt ,keczup 20 g (BIA) Pomidor 30g		Barszcz ukraiński z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 350 g (JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jabłko 1 szt.

p i q t e k	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) parówka drobiowa 2 szt,keczup 20 g (BIA) Pomidor 30g	Banan 1 szt.	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) makaron z serem twarogowym (JAJ) 350 g (GLU) Kompot 250ml	Kisiel 200ml	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jabłko 1 szt.
		Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko pieczone 1 szt.

C U K R Z Y C O W A	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ)</p> <p>Bułka grahamka 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>parówka drobiowa 2 szt</p> <p>keczup 20 g (BIA)</p> <p>Pomidor 30g</p>	<p>Banan niedojrzały 1 szt.</p>	<p>Barszcz ukraiński 350ml (BIA, GLU, SEL)</p> <p>makaron z serem twarogowym 350 g(JAJ)</p> <p>(GLU)</p> <p>Kompot b/c 250ml</p>	<p>Kisiel b/c 200ml</p>	<p>Herbata b/c 250 ml</p> <p>Bułka grahamka 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p>	<p>Jabłko 1 szt.</p>
	<p>534,3 kcal</p> <p>B 17.6 g</p> <p>T 28.5 g</p> <p>Wp 49.8 g</p> <p>F 5.8 g</p> <p>WW 5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>181,5 kcal</p> <p>B 4.5 g</p> <p>T 1.5 g</p> <p>Wp 35.7 g</p> <p>F 3.8 g</p> <p>WW 3.6 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>557,9 kcal</p> <p>B 31.6 g</p> <p>T 9.8 g</p> <p>Wp 78.6 g</p> <p>F 12.4 g</p> <p>WW 8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>75 kcal</p> <p>B 0.6 g</p> <p>T 0.6 g</p> <p>Wp 15.2 g</p> <p>F 3 g - błonnik</p> <p>WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</p>	<p>287.7 kcal</p> <p>B 10.1 g</p> <p>T 14.4 g</p> <p>Wp 28.1 g</p> <p>F 3.8 g</p> <p>WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)</p>	
A Z S	<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 15g (BIA)</p> <p>Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA)</p> <p>Salata 10g</p>		<p>Zupa jarzynowa 350ml (SEL)</p> <p>Pierś gotowana 100g</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Marchewka gotowana 150g</p> <p>Kompot 250ml</p>		<p>Herbata 250 ml</p> <p>Bułka pszenna 50g (GLU)</p> <p>Masło 10g (BIA)</p> <p>Szynka gotowana 50g (SOJ)</p> <p>Salata 10g</p>	<p>Jabłko pieczone 1 szt.</p>

	150000kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	WEGTARASNA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Pomidor 30g		Barszcz ukraiński z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) makaron z serem twarogowym 350 g . (JAJ) (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 40g (BIA) Jajko 25g (JAJ) Ogórek kiszony 30g	Jabłko 1 szt.
2024-01-22	POWASA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g surowka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Połudwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 150g (BIA)

8 s o b o t a	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 20g (SOJ)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml (SEL) Potrawka drobiowa 180g (GLU, SEL) Ryż 250g surowka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 150g (BIA)
		2 0 2 4 - 1 1 - 1 6 s o b o t a	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g

	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 20g (SOJ).	Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g surowka z kapusty pekińskiej 150g Kompot b/c 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt naturalny 150g (BIA)
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienni ki węglowodano we)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 150g (BIA)

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 150g (BIA)
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany naturalny 1 szt. (BIA) Jabłko 1 szt.		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (SEL) Kluski leniwe 300g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 150g (BIA)

Jadłospis przygotowany przez Catering Meridian's